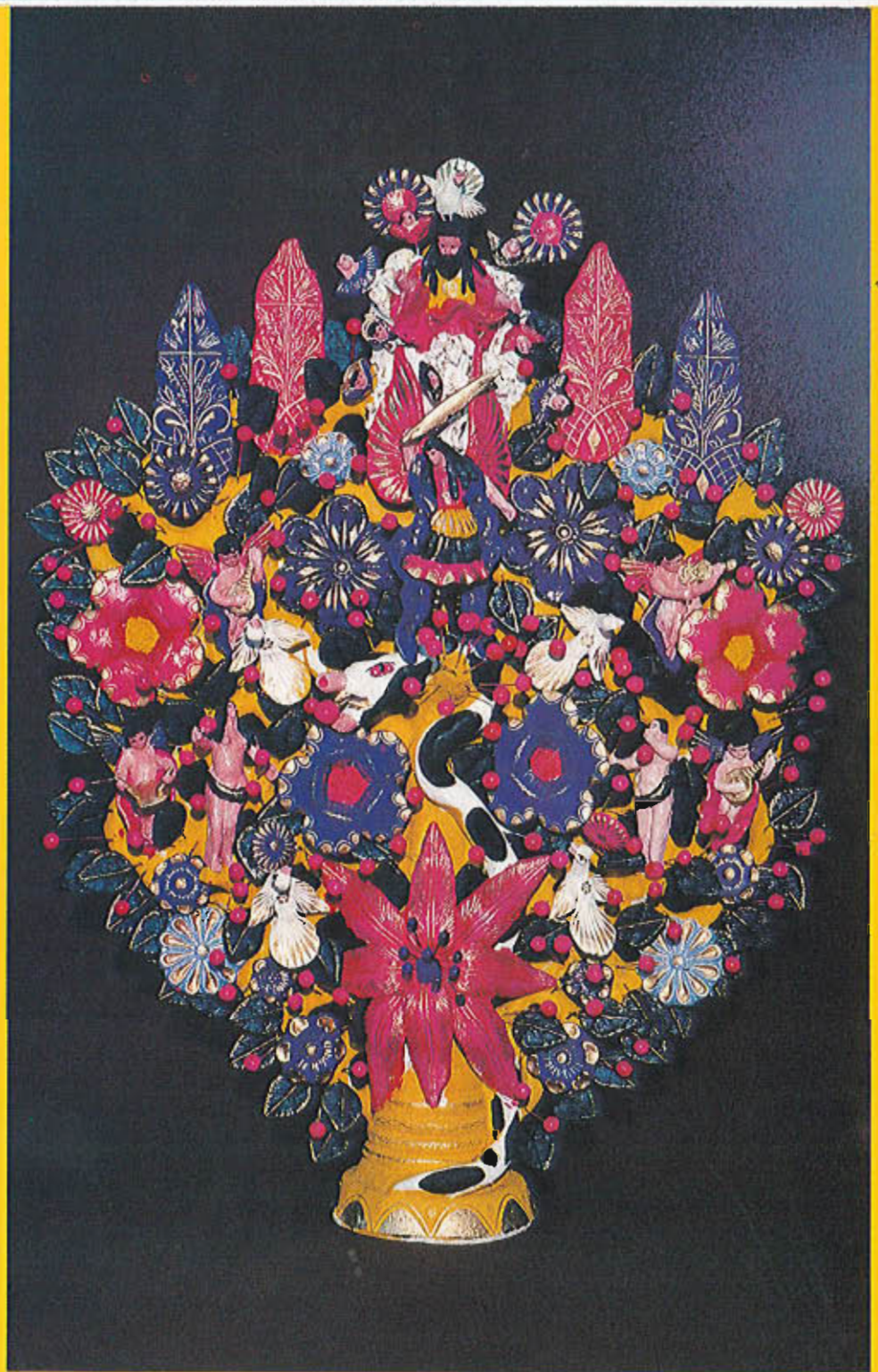
revista del
CONSUMIDOR
informa, capacita y orienta
UNA PUBLICACION MENSUAL DEL INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR/NUMERO 118/DICIEMBRE DE 1986 150 pesos

Aguinaldo bien empleado, beneficio asegurado

Las andanzas de los precios

Miles y miles de Reyes Magos llegarán

El Brinco: Funciones de los nutrimentos



La tradición del nacimiento

Una de las tradiciones que los mexicanos hemos conservado, a pesar de la cada vez más frecuente costumbre de poner arbolitos, es la de los nacimientos navideños.

Posiblemente la celebración de las fiestas navideñas en México no sea la más importante, pero sin duda es la más popular.

Según datos del Museo Nacional de Artes Populares, fue Francisco de Asis, quien dió origen a los nacimientos: la reproducción en vivo del misterio del nacimiento de Jesús.

La idea de reproducir el nacimiento se extendió en todo el mundo cristiano, haciéndose popular la utilización de figuras. Antes no había familia, por humilde que fuera, que no gozara al "poner el nacimiento".

Para "sentir" la navidad era indispensable colocar un pequeño pesebre en la casa, pasando esta tradición de padres a hijos.

No existe regla para los nacimientos, aunque los personajes principales son la Virgen, San José, el niño, el Angel, la estrella, los pastores, los Reyes Magos, el burro y el buey, los demás elementos pueden variar de acuerdo con el gusto y costumbres de las personas.

Por ejemplo: ahora se han cambiado los pastores por campesinos y señoras haciendo tortillas; los animales comunmente se combinan: los borregos con las gallinas o con los guajolotes y hasta venados, incluso se han introducido adornos de plantas mexicanas como el nopal y los magueyes, y todos aquellos seres y cosas con los que el pueblo está familiarizado.

También varían los materiales con que están hechas las figuras. Podemos encontrar nacimientos hechos con yeso, barro, paja, hojas de elote, marfil, metal, flores, hojas de siempreviva, y hasta papel. No obstante, lo que importa es la imaginación de las personas.

Continuar con esta tradición cuesta menos de lo que pensamos pues la mayoría de los elementos son fáciles de conseguir: musgo, heno, madera para el establo, las piedritas para hacer el río.

También se pueden utilizar algunos materiales que ya no se usen en el hogar. Por ejemplo: El portal puede hacerse con madera, petate, papel, cartón, e incluso una cazuela rota, todo es cuestión de ingenio y creatividad.

El pesebre se elabora con piedra pómez, haciéndole un pequeño hueco. Con madera en forma de camita, con un tronco abierto en medio, con la mitad de un olote o simplemente con papel.

Los arbolitos pueden armarse con estropajo pintado con anilina verde, con cabellos de elote o con ramas cubiertas de engrudo y unicel fino.

Los personajes se pueden fabricar con carretes vacíos de papel de baño, papel lustre y su imaginación.

Se pueden hacer casitas con latas vacías de leche, o con cajas de cartón.

Lo importante no es gastar, sino desarrollar la imaginación, al confeccionar nuestro propio nacimiento, además de ahorrar pasaremos un buen rato de diversión y entretenimiento en compañía de la familia. Y sobre todo mantendremos viva una bonita tradición.

DIRECTORIO INCO

Dirección General
CLARA JUSIDMAN DE B.
Dirección Técnica

Dirección de Promoción
ANDRES MANUEL LOPEZ OBRADOR
Dirección de Producción Audiovisual y Editorial
MARTHA SUSANA RUIZ DE SARAVIA
Dirección de Finanzas y Administración
MANUEL GALVAN ZUART
Coordinación de Delegaciones
GRISELDA ARISTA QUEZADA

SUBDIRECCIONES

Estudios Socioeconómicos
ARACELI MORENO ACOSTA
Estudios Técnicos
LUIS JUAREZ SUAREZ
Promoción
RODOLFO F. PEÑA VILLANUEVA
Promoción Audiovisual y Editorial
JOSE LUIS GARCIA NAJERA

DELEGACIONES

Chihuahua
VICTOR MANUEL BARRIGUETE
Coahuila
MARCELA GOMEZ WULSCHNER
Estado de México
GABRIEL GAMA FLORES
Guanajuato
LUIS O. MEDELLIN OCHOA
Guerrero
MARGARITA GALEANA ADAME
Hidalgo
ESTEBAN G. CHAPA ZAMORA
Jalisco
JUAN GARCIA CASTILLO
Morelos
RAUL CARBONELL CARDENAS
Nuevo León
FRANCISCO JAVIER NUÑEZ
Puebla
ROBERTO ARTECHE LUGO
Sonora
GUILLERMO A. REYNA CELAYA
Tamaulipas
GUILLERMO NUÑEZ VELA
Tlaxcala
JOSE LUIS ARGUIJO TORRES
Veracruz
JAVIER ESCALERA LEANDRO

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR
SECTOR COMERCIO Y FOMENTO INDUSTRIAL

EDITORIAL

Este diciembre, como es tradicional, los consumidores mexicanos recibiremos, además de las ofertas de juguetes y regalos, un cúmulo de incitaciones publicitarias para gastar nuestro aguinaldo y olvidarnos de la difícil realidad en que vivimos.

Por supuesto, quienes proponen que nuestros ingresos adicionales de fin de año se vuelvan humo, parten de hechos innegables: todos deseamos mejorar nuestras condiciones de vida, aliviar las presiones y favorecer el desarrollo personal, familiar y el de las personas a quienes apreciamos. Pero el ofrecimiento publicitario, sustentado en intereses estrictamente lucrativos, extiende lo necesario a lo superfluo y nos sugiere que todo cuanto anhelamos se obtendrá como resultado del consumo de objetos materiales.

Por eso, obviamente, nos impulsan a ingerir bebidas alcohólicas, a fumar y a gastar en mil banalidades que habrán de hacernos "felices". Y para convencernos de que el secreto de la felicidad es ese derroche absurdo, invierten cientos de millones de pesos en publicidad, que a su vez nos cargan en el precio de los productos.

Pero cada nueva propuesta consumista es un atentado a nuestros hábitos y a nuestra tradicional austeridad. Baste un ejemplo: Diet Coke, bebida supuestamente dietética, obliga al productor a advertir en el envase: "Este producto no deben consumirlo mujeres embarazadas, niños menores de 3 años, ni fenilcetonúricos". ¿Por qué el nombre en inglés de ese refresco? ¿Por qué imponernos un producto que está ocasionando serios problemas de salud en el propio país de origen? ¿Por qué destinar recursos a productos de esta naturaleza en un país con serios problemas de desnutrición? Aberrante, ¿no le parece?

Deseamos que en esta navidad, y a lo largo de los 365 días del año próximo, disfrute usted de salud y se arme de imaginación y voluntad defensiva para enfrentar los intereses puramente comerciales del aparato publicitario.

CONSEJO EDITORIAL: Clara Jusidman de B.; Fernando Urdanivia Coria; Andrés Manuel López Obrador; Martha Susana Ruiz de Saravia; Griselda Arista Quezada. **Subdirección de Producción:** José L. García Nájera. **Jefatura de Publicaciones:** Leonor Azcárate. **Coordinación Editorial:** Guillermo Sarquís F. **Redacción:** Patricio Avitia; Silvia Tomasa Rivera. **Suplemento "El Brinco":** Marie Puga. **Reporteros:** J. Eduardo Aguilar; Amalia Beltrán E.; Marta Sandra García; Oscar Romero Rojas; Juan Ramón Zabalegui; Genaro Núñez; Mario Caballero. **Reporteros Gráficos:** Luis F. Paz; Fernando Rojas; Gustavo Adolfo Carrillo Vélez. **Departamento de Arte y Diseño:** Augusto Apón García. **Formación, Ilustraciones y Viñetas:** Marcelo Ahuerma S.; Francisco Alatriste T.; Alma Elena Arenas G.; Dolores Ramírez; Jesús Rodríguez G.; Nora García Páez; Mónica Miranda. **Impresos:** María Dolores Fernández Morett. **APOYO ESPECIAL AL NUMERO 116 DE LOS DEPARTAMENTOS: Análisis sobre Comunicación:** José Chan Escalante. **Información y Orientación Directa:** Gregorio Alanís Pardiñas. **Derechos del Consumidor:** Héctor I. Mejía Alvarado. **Documentación e Información:** Francisco Jiménez Rojano. **Educación para el Consumo:** LIC. BLANCA PASTOR TELLEZ. **Alimentos y Nutrición:** Ivonne Shoucair. **Bioquímica:** Ana Ma. C. de Haquehl. **Estudios Económicos:** LIC. VICTOR MANUEL SANTILLAN MENESES. **Seguimiento y Análisis del Consumo:** José Manjárrez Medina. **Ingeniería:** Eduardo Martínez R.

SUMARIO

Pág. 3

El aguinaldo representa una oportunidad para adquirir bienes y servicios que un salario no permite obtener normalmente. Sin embargo, es preciso tener mucho cuidado en la distribución del aguinaldo para que resulte un beneficio a la economía familiar. El aguinaldo es fruto de un año de trabajo, no se trata de un regalo. Evite derrocharlo, compare calidad y precio antes de comprar.

Pág. 21

Cuando se hace un regalo, se siente la satisfacción de dar y mostrar afecto. Dar y recibir brinda alegría a los seres humanos; lo malo de este sentimiento es que es aprovechado por publicistas y comerciantes para inducir a la compra de objetos superfluos y muchas veces inútiles. Lo valioso es el afecto y el cariño demostrado a las personas; si vamos a hacer un regalo es preciso escogerlo bien para que no se convierta en un gasto excesivo y un presente absurdo o innecesario.

Pág. 31

Diciembre es uno de los periodos vacacionales más importantes de todo el año. Coinciden las vacaciones de la mayoría y además, se recibe un ingreso adicional: el aguinaldo. Evítese molestias y planee sus vacaciones, encontrará descanso y tranquilidad. Hay maneras muy sencillas de planear unas divertidas vacaciones, en un sinfín de lugares y a precios accesibles.

INDICE

EDITORIAL 1

EDUCACION
—Miles y miles de Reyes Magos llegarán 33
—La pastorela
Hermosa tradición mexicana 35

COMPARE Y DECIDA
—Eelectrodomésticos
Busque lo mejor en calidad y precio 8
—¡Qué Nochebuena! 15
—Tengo una muñeca vestida de azul 57

PUNTO DE VISTA
—Diet Coke ¿La chispa de la vida? 10
—El consumidor en el mundo 29
—Noticias nacionales 30

A DEFENDERNOS
—Vacaciones de fin de año 31
—Juguetes
Comprarlos no es cosa de juego 20

DIME QUE COMES
—Cocina tradicional 40

EN QUE GASTAMOS
—Aguinaldo
Bien planeado, beneficio asegurado 3
—Regalos: que no sean inútiles y caros 21
—Las andanzas de los precios en octubre 23

PARA ESTAR SANO
—Cuidado con los excesos 6
—Fríos y oscuros días de inversión térmica 13

VAMOS A DIVERTIRNOS
—Ejercite su memoria
El camino de los Reyes Magos 39

TECNOLOGIA DOMESTICA
—Haga bellos juguetes 27

Aguinaldo

Bien planeado, beneficio asegurado

Si no cuida su aguinaldo, fruto de los esfuerzos de un año de trabajo, puede perderlo en unos minutos. Este mes es el de mayor riesgo para los consumidores ya que las enormes campañas publicitarias, de tono festivo, pretenden hacer creer que el aguinaldo es un pago "extra" que puede ser derrochado.

Los comerciantes esperan el pago del aguinaldo con mayor ansiedad que los trabajadores asalariados. Y aunque a algunos artículos superfluos basta con echarle un ojo a la etiqueta de sus precios, disimular el sobresalto que causa ver una cantidad de más de tres ceros y seguir el camino; la insistencia de los vendedores no tiene límites.

Algunos de ellos están tan confiados en ser los destinatarios finales del aguinaldo, que incluso se lanzan a contender en el mercado con precios más altos que sus competidores (ver recuadro).

En este mes de festejos, resulta difícil rechazar las invitaciones publicitarias que sugieren "gastar y gastar" el aguinaldo, sin tomar en cuenta que tuvieron que transcurrir 365 días para ganar lo que nos "invitan" a derrochar en unas horas.

En estos días de aguda crisis económica, el aguinaldo representa una oportunidad para adquirir los bienes y servicios necesarios que un salario no permite obtener normalmente, así como para saldar las deudas contraídas durante el año, e incluso (si la buena planeación lo permite) para ahorrar el dinero que nos ayude a enfrentar con menos riesgos la "cuesta de enero".

Hay que tener cuidado y no olvidar que el aguinaldo debe servir para equilibrar el presupuesto y no para desbalancearlo aún más.

¿A quién le toca aguinaldo?

El aguinaldo es un derecho de los trabajadores, así lo dice la Ley Federal del Trabajo. De acuerdo con el artículo 87 de esta legislación, antes del 20 de diciembre, los patrones deben pagar a sus trabajadores el aguinaldo. Según este artículo: "Los trabajadores tendrán derecho a un aguinaldo anual equivalente a quince días de salario, por lo menos". Incluso los trabajadores que no hayan cumplido un año de servicios, "independientemente de que se encuentren laborando o no en la fecha de liquidación del aguinaldo, tendrán derecho a que se les pague la parte proporcional del mismo, conforme al tiempo que hubieran trabajado, cualquiera que fuera éste."

Cuide su aguinaldo

Frente a las campañas navideñas, no hay mejor arma para defender el aguinaldo que la planeación racional del gasto; para ello, basta con detenernos a reflexionar cómo vamos a utilizar nuestro aguinal-

do, tomando en cuenta primero qué es lo que realmente necesita la familia, dentro de ello, qué es lo más urgente.

Para que el aguinaldo le rinda más y le sea útil, medite en cuáles son las necesidades y deseos de usted y su familia, y de acuerdo con éstos elabore una lista de prioridades.

El aguinaldo se puede destinar al pago de deudas, a realizar reparaciones en la casa, a comprar ropa y calzado, para invertir o aplicarlo en gastos futuros, en fin, para muchas cosas útiles o como reserva para imprevistos que pudieran presentarse durante el próximo año.

¿En qué gastará usted su aguinaldo?

Durante los últimos años el gasto navideño ha incrementado su importancia, no sólo desde el punto de vista económico, sino hasta llegar a ser parte integral de los patrones de compra del consumidor mexicano.

A tal grado ha aumentado su importancia que, para muchos establecimientos, el gasto navideño determina su supervivencia por el volumen de ventas que se efectúan durante esta temporada.

Precisamente la mayor parte del gasto navideño se realiza con el aguinaldo que reciben los trabajadores al finalizar el año.

De acuerdo con un estudio realizado por el Instituto Nacional del Consumidor, para conocer en qué gastaron su aguinaldo en el año de 1985, 297 obreros y 155 empleados de la industria de alimentos y bebidas en el D.F., se detectó que los primeros destinaron 31.5 por ciento del aguinaldo a la compra de ropa y calzado; mientras que los empleados lo dedicaron principalmente a la formación de un fondo de ahorro.

En esta misma investigación, en términos generales, se registró como una constante la utilización del crédito para la compra de diversos artículos.

De acuerdo con la citada encuesta, los obreros invirtieron su aguinaldo de 1985 de la siguiente forma: ropa y calzado 31.5 por ciento, construcción y arreglo de la casa 21.4 por ciento, formación de un fondo de ahorro 10.5 por ciento, pago de deudas 6.3 por ciento, compra de muebles y aparatos electrónicos 6.3 por ciento, en celebraciones de fin de año, navidad y año nuevo 5.7 por ciento, en la compra de juguetes y regalos 3.4 por ciento, y, finalmente, para diversión y vacaciones 0.7 por ciento.

En el caso de los empleados, la distribución del aguinaldo, en primer lugar, lo destinaron a la formación de un fondo de ahorro 21.8 por ciento, como ya se dijo, en segundo a la compra de ropa y calzado 18.8 por ciento, y en tercer lugar al pago de deudas 16.1 por ciento; a la compra de muebles y aparatos electrodomésticos 12.3 por ciento, a la construcción y el arreglo de la casa 10.2 por ciento, a la compra de juguetes y regalos 6.0 por ciento; posteriormente a celebraciones de fin de año, navidad y año nuevo 3.4 por ciento, y por último, para diversión y vacaciones 2.3 por ciento.

Cómo planear adecuadamente el aguinaldo

1. Platique con su familia.- es importante el diálogo entre padres e hijos; foméntelo. Pregunte a cada uno cuáles son sus necesidades principales, discútalas y colóquelas en orden de importancia. Esto permitirá a sus hijos, además de sentirse partícipes, tomar conciencia de la importancia de saber distribuir bien los ingresos que se perciben.
2.- Distribuya su aguinaldo.- Una vez identificadas las necesidades básicas estime la cantidad que dedicará a cada una de ellas; súmelas y compare el total con lo que recibe de aguinaldo.

a) Destine una cantidad para pagar las deudas contraídas durante el año.
b) Si va a comprar compare en varias tiendas el tamaño, modelo y calidad de los productos y selecciones aquel que más se adapte a sus necesidades.
c) Vea el precio que usted puede pagar y compare antes de comprar. Un mismo artículo puede tener varios precios, dependiendo del lugar donde lo compre. Llame al 568-87-22, del Instituto Nacional del Consumidor, en el D.F. o acuda en las Delegaciones Federales del INCO en donde con gusto le proporcionaremos lista de precios de diferentes productos y lugares de venta.
d) No compre impulsivamente empujado por la publicidad.
e) Que le hagan las cuentas claras y le especifiquen el precio de venta de contado, el costo de operación a crédito, incluyendo los intereses. Compare ambos precios. Exija que le aclaren si hay otro tipo de gastos, como instalación o transporte.
f) No se endeude sin antes estar seguro de que podrá pagar sin contratiempos.
g) Recuerde que existen varias posibilidades para comprar a crédito, y que por lo regular las mejores alternativas son las que ofrecen los créditos para los trabajadores, a través del FONACOT y el ISSSTE.
h) Entérese del comportamiento comercial de la empresa en la que va a comprar. La Procuraduría Federal del Consumidor le informa al respecto, llame al: 761-38-11 en el D.F., o en sus Delegaciones Federales en el interior de la República.
i) Recuerde que una vez pasados los festejos navideños y de año nuevo, en los meses siguientes algunos productos suelen venderse en baratas que usted puede aprovechar.
3.- Ajuste sus egresos. Si son más los gastos programados que lo recibido de aguinaldo, elimine de su lista los menos necesarios.
4.- Si se puede, ¿por qué no ahorrar? Si usted abre una cuenta de ahorros, al final del próximo año recibirá (además de la cantidad ahorrada), una ganancia. Busque mayor información en las propias sucursales bancarias.

Finalmente recuerde que "el aguinaldo es salario, úselo en lo necesario". De cualquier modo, si tiene dudas o requiere más información, no lo dude, consulte al INCO, en el Area Metropolitana y en el interior de la República en las Delegaciones Federales del Instituto.

Información: Subdirección de Estudios Económicos

¿Regalaría más de 100 mil pesos?

Ahora que está por hacer uso de su aguinaldo, ¿sería usted capaz de "regalar" más de 100 mil pesos al comprar un artículo?... Pues si se descuida es posible que lo haga sin darse cuenta.

Y es que en estos días, que generalmente son los de mayor riesgo para la economía de los consumidores, es muy importante comparar precios antes de comprar. Para muestra, basta sólo un botón: En una investigación realizada el pasado mes de noviembre por el Instituto Nacional del Consumidor, se detectó que en 20 de las principales casas comerciales de la ciudad de México, los precios de un mismo producto en ocasiones llegan a variar hasta en más de 100 mil pesos.

Aunque los ejemplos abundan, mencionaremos sólo algunos casos de dicho estudio:

Un refrigerador marca Bendix (cap. 19 pies), se vende en las tiendas de "Comercial Sosa", a 535 mil pesos y en "Muebles Badú", tiene un precio de 644 mil 602 pesos, es decir el mismo refrigerador se vende con una diferencia de 109 mil 602 pesos.

Una lavadora, marca Crolls (novomatic 33, 11 programas, cap. 5 Kg), mientras que en la CONASUPO cuesta 191 mil 671 pesos, en las tiendas "General de Gas" tiene un precio de 333 mil 696 pesos; es decir, 142 mil 25 pesos más cara.

Una secadora marca Easy (cap. 5 Kg), en las tiendas "Sears" cuesta 522 mil 899 pesos y en los establecimientos "Comercial Sosa", 297 mil 500 pesos; es decir, 225 mil pesos más barata.

En los **televisores** también se notan desproporcionadas diferencias de precios de una tienda a otra. Por ejemplo, un televisor marca Hitachi (14 pulgadas, control remoto), en "Sears" tiene un precio de 456 mil 999 pesos, en las tiendas "General de Gas" cuesta 274 mil 620 pesos; esto es, 182 mil pesos más barato.

Un **equipo de sonido**, marca Gradiente (DS-20), que en las tiendas "Elektra" cuesta 667 mil pesos, en las tiendas "Mosqueta", tiene un precio de 459 mil pesos; lo que significa 208 mil pesos más barato.

Pero hay que tener mucho cuidado, en ocasiones las "ofertas" engañan; es decir, algunas casas comerciales venden un producto más barato y lo usan como "gancho" para atraer a los consumidores a que compren otros artículos que pudieran estar más baratos en otros establecimientos.

Por lo tanto, para proteger la economía familiar, es muy importante comparar precios antes de realizar las compras.

Si usted está decidido a comprar algún producto electrodoméstico o básico, el Instituto Nacional del Consumidor le brinda información sobre las listas de precios de diversos artículos en diferentes establecimientos, para que usted elija aquel que más se adapte a sus necesidades. En el Area Metropolitana del D.F., llame al 568-87-22; o a las Delegaciones Federales del INCO en el interior de la República.

Oscar Romero

Cuidado con los excesos

El mes de diciembre trae consigo muchos gastos: convivencias con amigos y familiares, bailes, regalos, en fin, toda una carga de actividades que implican entre otras cosas, descuido a la salud por desvelos, consumo desmedido de grasa, azúcar, tabaco y la ingestión de bebidas alcohólicas; con la consiguiente merma del presupuesto familiar y el gasto de el aguinaldo. No perdamos la alegría de diciembre, pero evitemos caer en los excesos, de otro modo sólo nos perjudicaremos.

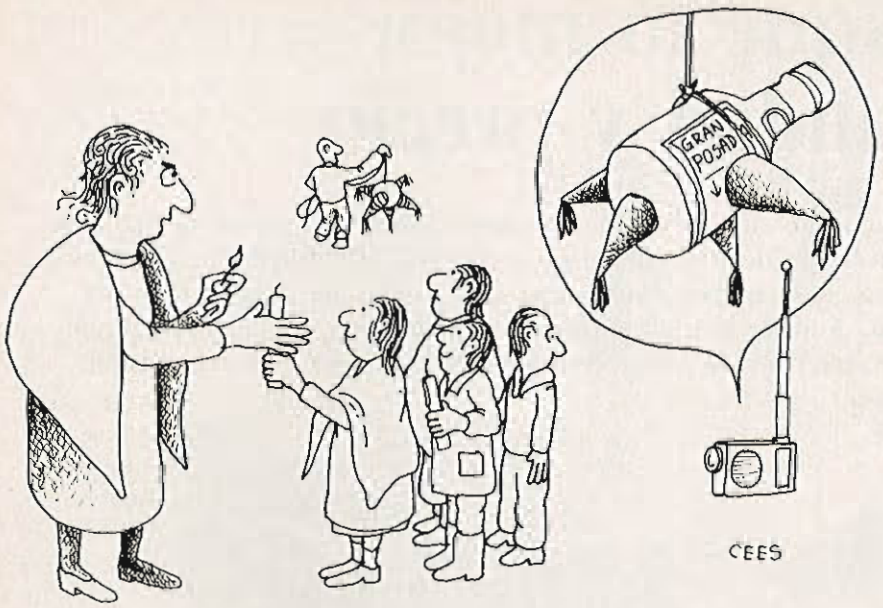
Diciembre es el mes más esperado de todo el año: Navidad, regalos, cenas, posadas, bailes, convivios, aguinaldo, Año Nuevo, familiares y amigos. Sin duda es la época más bella en la que los seres humanos nos vemos unidos por sentimientos de fraternidad, paz y alegría. Pero veamos la otra cara de la moneda: gastos, desvelos, bebidas alcohólicas, tabaco, consumo exagerado de azúcares y grasas, y, en resumen, deterioro de la salud.

Sí, la época navideña es para celebrar, convivir con los nuestros y pasar momentos agradables, pero ello no justifica descargar sobre el organismo la pesada carga de nuestros excesos. Ello podría ocasionar que los ratos de alegría resulten en enfermedades y más gastos para nuestros ya desgastados bolsillos.

Durante este mes las compañías publicitarias intensifican su ataque al consumidor, pues aprovechan que éste se encuentra "cargadito" de dinero y dispuesto a participar en las fiestas decembrinas.

Los productos que denotan un aumento considerable en su publiciadad y consumo durante esta época, son las bebidas alcohólicas. Según las investigaciones del INCO, sólo en diciembre de 1985, las compañías productoras de vinos y licores gastaron un total de $4,800 millones de pesos en publicidad televisiva. Este gasto fue mucho mayor que en los otros meses del año. Y es, también durante diciembre, cuando ocurre el mayor índice de mortalidad por accidentes y riñas, derivados del consumo excesivo de alcohol.

Además de los efectos a corto plazo, como la muy conocida



"cruda", y el alcohol, tomado en exceso, a la larga produce gastritis, ya que erosiona la mucosa del estómago, y provoca otras enfermedades más serias que ponen en peligro la vida. La cirrosis hepática ocupa, según la Secretaría de Salud, el octavo lugar entre las causas de mortalidad en la República Mexicana. Si a estos problemas de salud aunamos las consecuencias sociales que trae el alcoholismo (riñas, faltas al trabajo, rechazo de los familiares, aislamiento, etcétera), lo mejor será pensarlo muy bien antes de tomar la primera copa.

Al igual que el alcohol, el consumo de tabaco aumenta durante estas fechas ya que, pareciera, el cigarrillo es fiel acompañante de la "cubita" en las posadas.

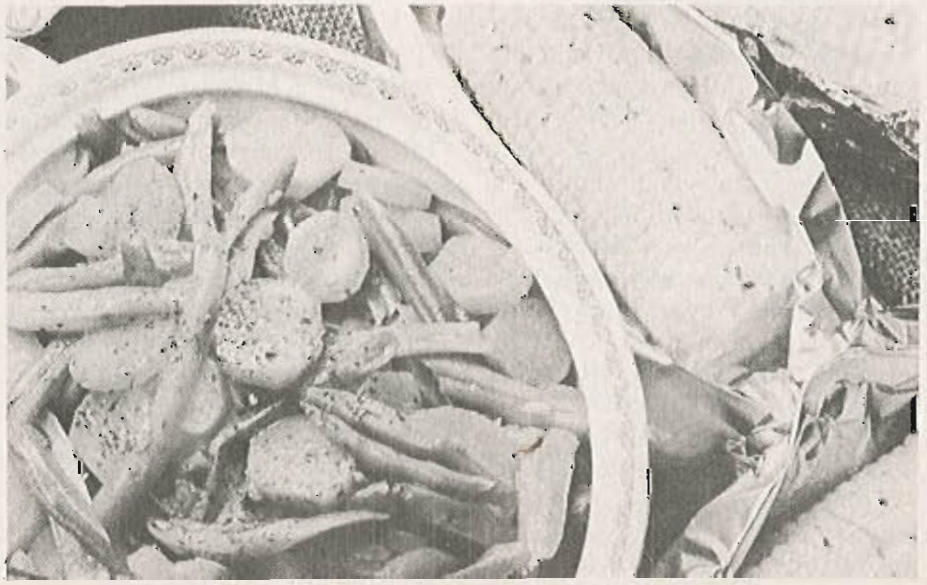
La invasión publicitaria también aumenta en lo que respecta al tabaco. En diciembre de 1985 las compañías fabricantes de este producto gastaron 873 millones de pesos en publicidad por televisión. La dirigieron principalmente a los jóvenes, utilizando novedosas situaciones y artimañas para convertirlos en nuevos fumadores.

Los daños que ocasiona el cigarro a la salud son bastante conocidos, aunque poco tomados en cuenta por los fumadores; éstos pueden ir desde un simple acceso de tos hasta la bronquitis crónica, el enfisema (enfermedad en la que los pulmones están permanentemente dilatados), cáncer pulmonar, de esófago, de laringe, de vesícula y de páncreas, y trastornos de las coronarias. Cada cigarro contiene una diversidad de sustancias tóxicas, de las que se distinguen: el alquitrán, la nicotina y el monóxido de carbono que son los principales causantes de las enfermedades mencionadas.

En esta época navideña los excesos también incluyen el alto consumo de alimentos con elevado contenido de grasas y carbohidratos. En muchos hogares se acostumbran cenas tan atractivas como condimentadas, que hacen romper la dieta al más disciplinado comensal. Este exceso de grasas y carbohidratos hace que el organismo guarde mayor cantidad de energía de la que necesita y trae como consecuencia la obesidad. En los niños, además, se desarrolla la caries dental cuando comen demasiados dulces y azúcares en general. En los adultos, las grasas, además de acumularse en el tejido adiposo, también lo hacen en las venas y arterias, dando lugar a la arteroscleroSis. Las comidas muy condimentadas e irritantes obligan al estómago a realizar un mayor esfuerzo para digerirlas y en ocasiones producen gastritis y trastornos de la digestión. Las carnes rojas pueden provocar, si se consumen en forma desmedida, aumento del ácido úrico en la sangre y, por consiguiente, artritis y gota.

Celebre la Navidad y el Año Nuevo con una cena sencilla y nutritiva, también será sana a su economía. Recuerde que para pasar un buen momento y convivir con la familia no son necesarios el alcohol y el tabaco. Basta con apegarnos a nuestras tradiciones y disfrutar de un sabroso ponche de frutas, de las acostumbradas piñatas, cantos, velas y buenos sentimientos.

José Eduardo Aguilar Magaña



Busque lo mejor en calidad y precio

Probablemente ha decidido comprar con su aguinaldo algún aparato electrodoméstico que hace falta en su hogar. Una inversión de este tipo debe realizarse con mucho cuidado para que resulte una buena compra. Hay muchos puntos que debe tomar en cuenta antes de efectuar un gasto de este tipo. Aquí le proporcionamos información para seleccionar un aparato de buena calidad, de acuerdo con las necesidades de su hogar, y de su bolsillo.

Ahora que tiene el aguinaldo en sus manos, quizás esté pensando en comprar el aparato electrodoméstico que vio en algún aparador. Sin embargo, antes de adquirirlo medite si realmente lo necesita y si el artículo no es solamente atractivo por las "innovaciones" que además de innecesarias muchas de ellas lo hacen más caro.

Si después de tomar en cuenta eso, su decisión es la de comprar el artículo, es recomendable que se tome el tiempo necesario para ver que le ofrece el mercado, ya que de un almacén a otro un producto puede llegar a duplicar su precio; pregunte todo lo necesario sobre el aparato y revíselo hasta que esté convencido de su utilidad, sobre todo, si realmente satisface sus necesidades. No olvide que todo aparato eléctrico origina gastos posteriores como consumo de energía eléctrica, algunos requieren instalaciones especiales o aditamentos extras para funcionar. Con el tiempo, también requerirán refacciones y reparación si se descomponen.

Un aspecto muy importante, y que no debe pasar por alto, es el referente a la garantía. Exíjala y revise cuidadosamente las partes que cubre, pues con ella usted puede exigir a la tienda o al fabricante que la cumpla y se haga cargo de todos los gastos de reparación. Si no está satisfecho con su compra, la Ley Federal de Protección al Consumidor le concede dos meses, después de la fecha de adquisición, para reparación gratuita, la reposición del producto o la devolución de su dinero.

No se deje llevar por las supuestas ofertas de diciembre, recuerde que es una práctica común que en enero bajen los precios de muchos productos.

Cómo comprar una lavadora

Si va a comprar una lavadora es conveniente que la elija de la capacidad que vaya de acuerdo con la cantidad de ropa que lava habitualmente, y si se decide por una automática, seleccione la que tenga pocos programas, pues la diferencia con las que traen muchos radica fundamentalmente en el precio. Recuerde que las lavadoras automáticas consumen de un 20 a un 50 por ciento más de agua y requieren de instalaciones especiales para las tomas de agua fría y caliente.

Las lavadoras de disco propulsor son más eficientes, pero también maltratan más su ropa. Las de aspas y las de tambor giratorio

la dañan menos. Las que usan centrifugados exprimen mejor, pero consumen mayor energía.

No crea a los publicistas. Ninguna lavadora "seca" su ropa totalmente, sólo la exprimen con distinto método.

Cómo elegir un refrigerador

Antes de comprar un refrigerador mida el espacio del que dispone para colocarlo; averigue los precios, modelos y tamaños que le ofrece el mercado.

Cuando llegue a la tienda pida al vendedor que le explique el funcionamiento del refrigerador. Revise cuidadosamente el interior y asegúrese de que se ajusta a sus necesidades. Considere que a mayor tamaño, mayor consumo de energía eléctrica.

Coloque una hoja de papel entre el marco y la puerta, cierre el refrigerador; si la hoja sale fácilmente, también lo hará el aire frío, lo cual ocasiona un aumento en el consumo de electricidad.

Cómo comprar un televisor

Si desea adquirir un televisor, le recomendamos seguir las siguientes indicaciones:

— Antes de comprar, compare precios y pida informes sobre las marcas que se ofrecen en el mercado.

— Prefiera los televisores que consuman menos energía eléctrica.

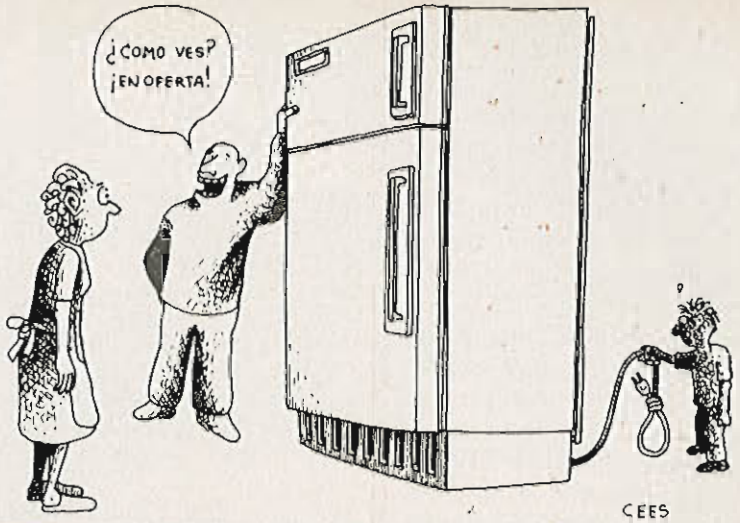
— Escoja el aparato que tenga mayor nitidez en la imagen.

— Elija el televisor de color cuyos tonos en pantalla se acerquen más a los colores naturales.

— Revise los botones y compruebe que operen fácilmente y no se desprendan.

— Cuide que el televisor tenga cubiertas todas las partes que considere peligrosas, sobre todo la posterior.

— Lea cuidadosamente la garantía. Esta debe cubrir el cinescopio.



Cómo elegir una licuadora

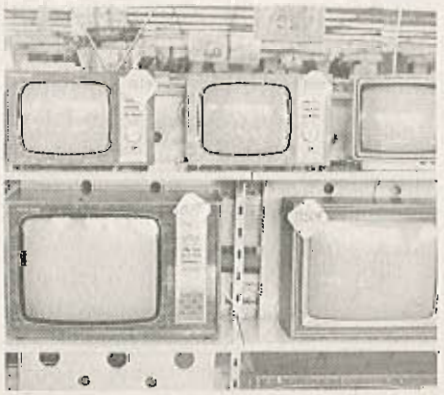
No se deje sorprender al comprar su licuadora. Evite que lo deslumbren con tanta tecla y recuerde que las funciones de la licuadora son mezclar, licuar y moler, tareas que las de una a tres velocidades cumplen con toda eficiencia.

Como es de suponer los precios suben al ritmo de las teclas y velocidades, y registran grandes variaciones de una tienda a otra; lo mejor es comparar precios y modelos antes de comprar.

Cómo adquirir una plancha

Si desea comprar una plancha le sugerimos que tome en cuenta las siguientes recomendaciones para hacer una buena adquisición.

— Solicite al vendedor que conecte la plancha para comprobar el correcto funcionamiento. Las planchas con indicador de temperatura (baja, media y alta) son las más recomendables.



— El cordón para enchufe debe medir dos metros como mínimo y tiene que ser fuerte y reemplazable.

— La plancha de vapor requiere de cuidados especiales. Antes de decidirse a comprar una recuerde que lo mejor es continuar con el tradicional trapo húmedo.

Finalmente, le recomendamos que antes de adquirir cualquier aparato eléctrico para su hogar debe comparar precios y para hacerlo solamente necesita marcar el teléfono del Instituto Nacional del Consumidor.

Para cualquier información sobre precios puede llamar al 568 87 22 en la ciudad de México, en el interior de la república a los siguientes números de las Delegaciones Federales del INCO.

Chihuahua, Chih. Tel: 16-31-42
Toluca, Edo. de Méx. Tel: 4-16-18
Acapulco, Gro. Tel: 5-45-38
León, Gto. Tel: 7-44-55
Pachuca, Hgo. Tel: 2-66-66
Guadalajara, Jal. Tel: 11-80-00
Cuernavaca, Mor. Tel: 12-29-10
Monterrey, Nvo. León. Tel: 43-74-48
Puebla, Pue. Tel: 48-29-11
Hermosillo, Son. Tel: 4-22-44
Cd. Victoria, Tamps. Tel: 2-66-31
Jalapa, Ver. Tel: 8-34-43
Tlaxcala, Tlax. Tel: 2-20-22
Torreón, Coah. Tel: 17-87-22

Información: Dirección Técnica
Amalia Beltrán Espinosa

Diet Coke, ¿la chispa de la vida?

Sin considerar en lo más mínimo la situación alimentaria y económica tan crítica que vive nuestro país, la famosa compañía transnacional Coca Cola, ha introducido en el mercado mexicano un nuevo producto: Diet Coke, que en español significa coca dietética (así la nombraremos en adelante), para quienes tienen problemas de sobrealimentación y se preocupan por tener una "figura bonita", mientras que la mayoría de los mexicanos se ven en apuros para satisfacer sus requerimientos nutricionales básicos.

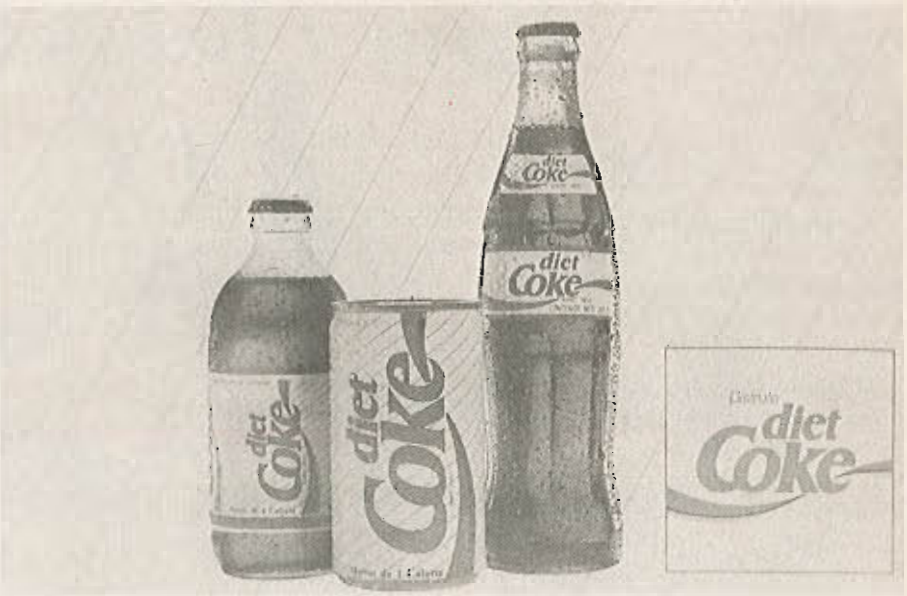
"Más que nada la coca dietética es una respuesta a una preocupación por la salud que crece día a día, —dice el señor Alejandro Young, Vicepresidente Ejecutivo de la Agencia de publicidad McCann Erickson, que maneja la publicidad de Coca Cola—, y creo que ésta es una cultura que se viene filtrando del norte, no necesariamente de Estados Unidos a México, sino de los países desarrollados a los subdesarrollados. Cada día existe una mayor conciencia de la salud, que eventualmente le va a dar lugar a los refrescos dietéticos".

Revista del Consumidor.- ¿Y porqué la coca dietética, si ya contaban con el Tab?

Alejandro Young.- El Tab tiene una imagen de refresco medicinal por el sabor que deja la sacarina, es un sabor amargo, metálico. La coca dietética también lo tiene, pero mucho menos. La diferencia entre la coca dietética y la clásica es que en vez de estar bebiendo 280 calorías, me tomo nada más 190 (sic). Siempre es una justificación, algunos dicen que la definición de un hipócrita es alguien que se come una comida de 9 platillos con un refresco dietético".

Radiografía de la coca dietética

El 2 de noviembre pasado, se inició la campaña publicitaria de este refresco, la cual en términos generales ha consistido en grandes desplegados en periódicos de circulación nacional, en regalos de muestras del producto acompañados de folletos promocionales; anuncios comerciales en radio y televisión, anuncios espectaculares en algunas de las principales calles, y muchachas que viajan en camiones de la Coca Cola ofreciendo el nuevo producto al público.



El Ing. Químico Benjamín Ruíz Loyola de la Facultad de Química de la UNAM quien ha dedicado más de diez años al estudio de los refrescos, manifiesta: **"La coca dietética especifica en su envase que no deben tomarlo mujeres embarazadas ni niños menores de tres años, esto es debido al contenido de sacarina y aspartame".**

R. del C.- ¿Por qué se prohibe también a fenilcetonúricos?

I.Q.- Porque contiene aspartame y éste está formado por fenilalanina, que en los individuos que no son capaces de transformarla o digerirla, se convierte en una sustancia tóxica para el organismo.

R. del C.- ¿Hay algún otro refresco que contenga aspartame?

I.Q.- Sí, el "Sidral Bajo en Calorías", el "Dietafiel" y el "Tab".

R. del C.- ¿Cuáles contienen sacarina?

I.Q.- De los llamados refrescos dietéticos el "Tab" y la "Pepsi Light". De los no dietéticos, en un estudio reciente sobre refrescos que se venden en el D.F., Puebla y Veracruz, sólo se encontró sacarina en la "Pepsi-Cola", que se produce en la planta de la Viga en el D.F.

R. del C.- ¿La sacarina es útil para los diabéticos?

I.Q.- Algunos diabéticos creen que el tomar sacarina les ayuda, pero en realidad ésta no les es necesaria, sólo les brinda el sabor azucarado.

R. del C.- ¿Cómo considera el hecho de que se comercialicen estos productos en México?

I.Q.- Para México un refresco dietético no tiene ningún sentido, habiendo mucha gente que sufre de hambre, más bien es un producto que va dirigido a los estratos de población de más altos ingresos. Desgraciadamente, la publicidad puede atraer y hacer que lo compren personas de estratos bajos.

En todos los casos la publicidad ha buscado engañar a los consumidores con la idea de que ingeriendo el refresco se va a obtener una figura esbelta. En el envase se señala que contiene sacarina y aspartame, y que está prohibido su

consumo por mujeres embarazadas, niños y fenilcetonúricos; pero en ningún caso se señala que efectos producen estas sustancias en el ser humano, ni tampoco las otras sustancias que contiene el refresco.

De acuerdo con las investigaciones realizadas en la Facultad de Química de la UNAM, los refrescos de cola contienen agua, extractos de nuez de cola, colorantes, acidulantes, saborizantes, ácido fosfórico, aromatizantes, conservadores antioxidantes, espumantes, gas carbónico y azúcar. La coca dietética no contiene azúcar, en su lugar se usa sacarina y aspartame.

Los refrescos de cola pueden presentar riesgos a la salud porque contienen sustancias como el ácido fosfórico que provoca úlceras y gastritis, este riesgo aumenta en el caso de la coca dietética, veamos por qué.

La sacarina (ácido ortosulfamido benzóico) es un polvo cristalino de color blanco, muy soluble en el agua, que se considera de 300 a 700 veces más dulce que el azúcar, pero que deja en la boca un sabor amargo. Acerca de este producto químico existe una polémica científica aún no concluida, pues en estudios con animales se ha encontrado que la sacarina ayuda a la acción de compuestos químicos que producen cáncer. Sin embargo, no se ha comprobado fehacientemente que sea un agente cancerígeno en el ser humano. Por sobre la controversia científica lo mejor es evitar en lo posible el consumo de estas sustancias.

Por su parte, el aspartame es un producto de la unión química de los aminoácidos fenilalanina y ácido aspártico; es usado por la Coca Cola porque tiene un sabor dulcé y no deja resabio amargo como la sacarina.

Ahora bien, la fenilalanina es un aminoácido natural que nuestro organismo, en condiciones normales, transforma en otro aminoácido (tirosina). Los fenilcetonúricos son personas cuyo organismo no transforma la fenilalanina,

forman otros compuestos que son tóxicos y que al acumularse en la sangre pueden provocar trastornos cerebrales.

Los fenilcetonúricos, para los cuales está prohibida la ingestión de coca dietética, se caracterizan por tener piel y pelo de color más claro que sus hermanos, debido a que los trastornos metabólicos provocados por la ingestión de la fenilalanina también afecta el pigmento (melanina) que da color a la piel. Se sabe también, que la fenilcetonuria es progresiva y que los niños que nacen con este mal y no son atendidos a tiempo padecen retraso mental severo.

Es importante mencionar lo ineficaz que puede ser, por el elevado índice de analfabetismo que existe en México, la advertencia escrita en el envase. Ya que no reduce el peligro para los hombres, las mujeres embarazadas y niños que pueden consumir esta bebida.

Además, el parecido del envase retornable con la coca tradicional se puede prestar a que se consuma por toda la población.

Violaciones a las leyes mexicanas cometidas por la marca Diet Coke.
Ley Federal de Protección al Consumidor

Artículo 5o. "Todo proveedor de bienes o servicios está obligado a informar clara, veraz y suficientemente al consumidor, cualquiera que sea el medio que utilice. En consecuencia, se prohibe que en cualquier tipo de información, comunicación o publicidad comercial se haga uso de textos, diálogos, sonidos, imágenes o descripciones

que directa o indirectamente impliquen inexactitud, obscuridad, omisión, ambigüedad, exageración o que por cualquier otra circunstancia puedan inducir al consumidor a engaño, error o confusión sobre:

II. "Los componentes, o ingredientes que integran el producto o el porcentaje en que concurran en él". En el caso de la coca dietética se omite mencionar todos los componentes y las cantidades de cada uno.

III. "Los beneficios o implicaciones del uso del producto". Igualmente se omite mencionar las implicaciones derivadas por el consumo de sustancias como el ácido fosfórico, la sacarina y el aspartame.

V. "Propiedades del producto o servicio no demostrables". En la publicidad de coca dietética se dice que con el consumo del refresco se va a adquirir una figura esbelta, cosa que no se puede comprobar.

Artículo 7. "En todos los casos, los datos que ostenten los productos o sus etiquetas, envases, empaques y la publicidad respectiva, tanto de manufactura nacional como de procedencia extranjera, se expresarán en idioma español...

La coca dietética viola esta disposición al mantener su nombre en inglés: *DIET COKE.*

Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Control Sanitario de la Publicidad.

Artículo 3o. "La publicidad deberá ser orientadora y educativa respecto al producto, actividad o servicio de que se trate y para tal efecto deberá:

Fracción IV. Señalar las precauciones necesarias cuando el uso o consumo de los productos, el ejercicio de las actividades o la prestación de los servicios pueda causar riesgos o daños a la salud de las personas, observándose las siguientes reglas:

a) Contener la información sobre los peligros que puede originar el uso del producto".

Evidentemente este refresco no señala los peligros derivados de la ingestión de sustancias como el ácido fosfórico, la sacarina y el aspartame.

Artículo 18o. "No se autorizará la publicidad cuando:

Fracción V. Se utilicen palabras en idioma diferente al español, a excepción hecha de marcas o denominaciones genéricas o específicas que no sea factible traducir al español..." El título del refresco es factible de traducir, por ende, se está violando esta disposición de ley al no usar el español.

Artículo 27. "La publicidad de los productos que se pretendan anunciar como medios para restringir al consumo de nutrimentos, no se autorizará cuando se les mencione como dietéticos, en cambio se les podrá designar como alimentos bajos en calorías".

La Coca Cola dejó el título en inglés, argumentando que es una marca y no tiene traducción, para de esta manera no aparecer como dietético y sí bajo en calorías, sin embargo es obvia la violación a esta disposición.

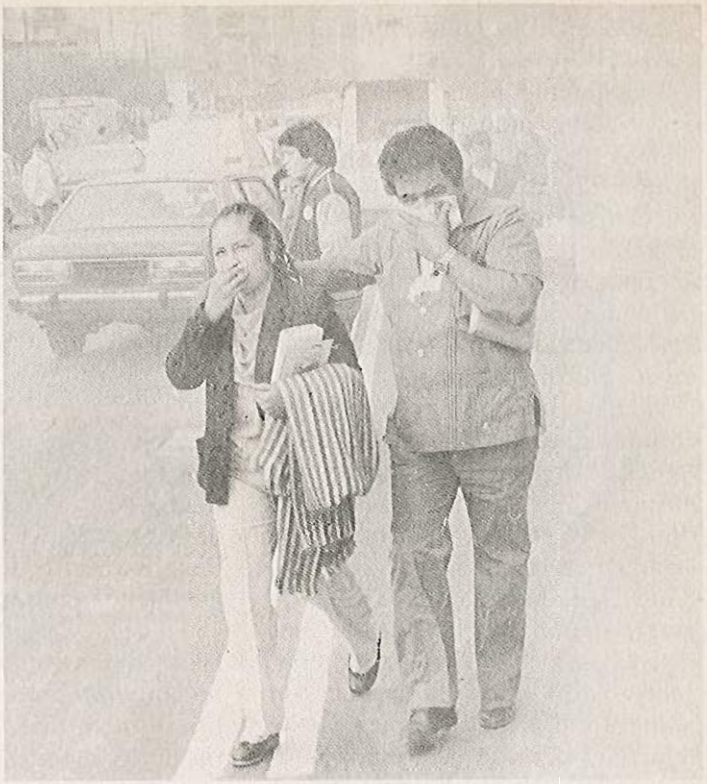
Artículo 29. "La Secretaría solamente autorizará la publicidad de alimentos y bebidas no alcohólicas de bajo valor nutritivo, cuando induzca o promueva el consumo de otros productos con nutrientes valiosos".

Sin lugar a dudas la coca dietética es un producto que no aporta nutrientes al organismo, por esa razón su publicidad debería promover el consumo de alimentos nutritivos, cosa que no es así en clara violación a la ley.

Cuide su salud, no consuma refrescos y tenga especial cuidado con aquellos bajos en calorías como la coca dietética. Esperamos que la Secretaría de Salud se percate de las violaciones a la Ley General de Salud así como del riesgo en que se está colocando a miles de personas que por su bajo nivel de educación, difícilmente leerán las advertencias sobre el consumo de este producto que es un típico ejemplo de los absurdos modelos de consumo que imponen a nuestro país las empresas de las sociedades subrealimentadas.

Mario Antonio Caballero

Fríos y oscuros días de inversión térmica



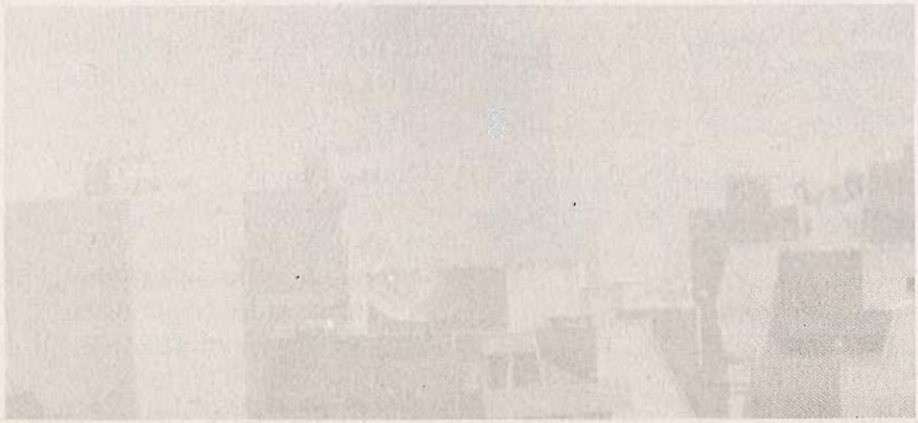
¡Cómo, hermanos humanos,
no deciros que ya no puedo y
ya no puedo con tanto cajón,
tanto minuto, tanta
lagartija y tanta
inversión, tanto lejos y tanta sed de sed!
Señor Ministro de Salud: ¿Qué hacer?
¡Ah! Desgraciadamente, hombres humanos,
hay, hermanos, muchísimo que hacer.

César Vallejo

La contaminación ambiental es, en la actualidad, uno de los grandes males que aquejan a la humanidad. Como un Frankestein moderno que se vuelve contra su creador y amenaza destruirlo, así la contaminación ataca al hombre, vestida de inmundicia, ruidos, aguas sucias, basuras, humo, polvo y gases tóxicos que deterioran y envilecen el medio ambiente.

La contaminación provocada por el humo que despiden los vehículos, la incineración de basura, plantas termoeléctricas, aviones y las fábricas, las cuales emiten partículas que envenenan el aire que respiramos, es una de las más amenazantes.

Este tipo de contaminación es común en las grandes concentraciones urbanas, es dañina para la salud en cualquier época del año y su peligrosidad aumenta en los meses del invierno, cuando suceden más frecuentemente las llamadas inversiones térmicas.



Los riesgos para la salud

"Ante todo —comenta a la Revista del Consumidor el Arquitecto Jorge Legorreta, investigador del Centro de Ecodesarrollo de CONACYT— hay que dejar claro que la inversión térmica es un fenómeno natural inevitable, se trata de cambios que experimentan las diferentes capas de aire de la atmósfera. Lo normal es que las capas de aire caliente estén abajo y las frías arriba. En una inversión térmica sucede al revés, las capas frías quedan abajo y las calientes arriba".

Cuando sucede una inversión se forma una especie de campana que evita el ascenso del aire frío, en el cual se acumula el polvo, el humo y los gases emitidos que quedan encerrados sin poder dispersarse, además la visibilidad disminuye haciendo los días más oscuros.

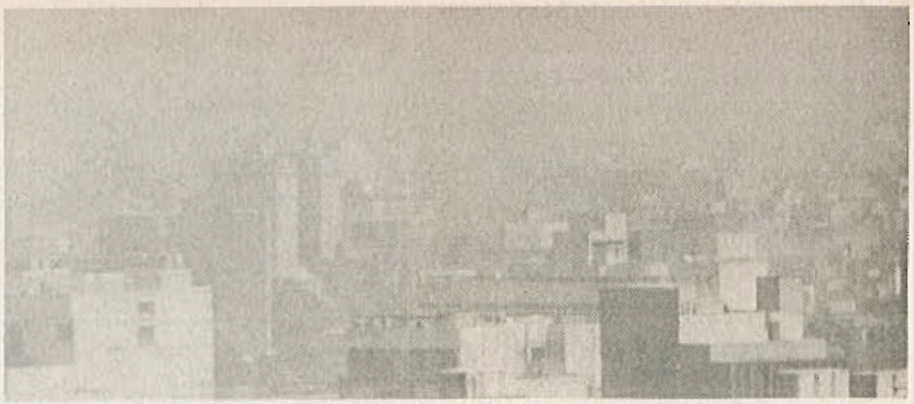
"El peligro viene —continúa el arquitecto Legorreta— cuando coincide una inversión térmica con altas concentraciones de partículas contaminantes, que quedan atrapadas en las capas de aire frío

y que afectan la salud de los seres vivos".

Evidentemente es en las ciudades y zonas industriales con problemas de contaminación del aire donde las inversiones térmicas pueden ser más peligrosas, ya que el grado de riesgo para la salud depende de la cantidad de partículas contaminantes que haya en el ambiente y del tiempo que dure la inversión. En ese lapso, las nuevas partículas contaminantes que se emitan se agregarán a las ya existentes. Al respecto comenta el arquitecto Legorreta: "En países, donde han existido catástrofes derivadas de la inversión térmica, como Estados Unidos e Inglaterra, el fenómeno ha durado más de tres días, en México no ha rebasado las 24 horas continuas. Sin embargo, el riesgo también puede depender del tipo de contaminantes que existan en el ambiente, como el caso de Poza Rica, Veracruz, cuando el 24 de noviembre de 1950 se produjo una inversión térmica que coincidió con una falla del equipo de la refinería que emitió sulfato de hidrógeno sin quemar, y que causó la muerte de 22 personas".

Disminuyendo los riesgos de la inversión térmica

La inversión térmica desaparece con la acción de los rayos del sol que calientan el suelo y en consecuencia el aire que está sobre él regresa así a la atmósfera. El arquitecto Legorreta nos dice al respecto: "Los seres humanos dependemos de la capacidad de la naturaleza para dispersar las partículas contaminantes, y en el caso de México de la capacidad que se tiene para introducir una tecnología menos contaminante".



En este sentido son importantes las medidas como el uso de motores anticontaminantes en el transporte urbano, la clausura de tiraderos clandestinos de basura, la conservación y ampliación de áreas verdes en las grandes ciudades, la sustitución de combustóleo por gas natural en las plantas termoeléctricas, ya que, de este modo se reducen las emisiones de bióxido de azufre, que es uno de los contaminantes más venenosos; la introducción de nociones sobre ecología en la educación elemental y en general todas las medidas tendientes a detener la contaminación del ambiente.

El fondo del problema no es, pues, la inversión térmica, fenómeno natural que en sí mismo no implica desastres. Estos son provocados por la contaminación generada por el ser humano y para combatirla, pues es necesaria la participación de toda la población. En esta lucha todos debemos aportar nuestro granito de arena, usted puede colaborar llevando adelante las siguientes medidas:

— Evite hacer incineraciones de basura y llantas, o fogatas, al aire libre.

— Afine su vehículo cada 6 meses o cada 10 mil km. lo que ocurra primero.

— Utilice el sistema de viajes compartidos, ya sea con vecinos o con compañeros de trabajo.

— Trate de utilizar su coche lo menos posible.

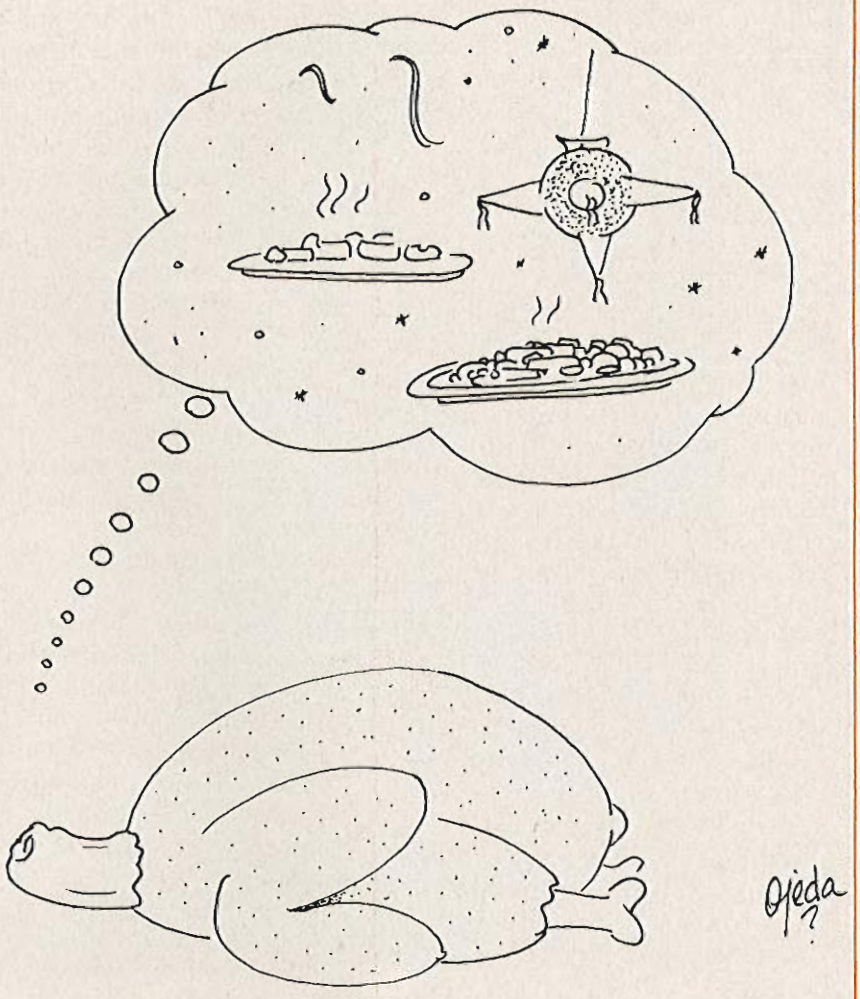
— No caliente su vehículo más de un minuto en las mañanas.

Es conveniente realizar estas medidas durante todo el año, pero en especial de diciembre a febrero que es cuando pueden ocurrir con más frecuencia las inversiones térmicas. "En esta temporada de invierno —comenta a la Revista del Consumidor el Ing. Arturo López Portillo de la Subcomisión de Emergencias Ambientales de la SEDUE— es conveniente además tomar las siguientes medidas:

— No fume y evite los lugares donde se fuma.
— Si hace ejercicio, de preferencia que sea en lugares cerrados.
— Trate de estar más en contacto con áreas verdes, visite parques o salga de la ciudad.

Mario Antonio Caballero

¡Qué Nochebuena!



En Villa de los Pájaros, un pueblito cercano al mar, donde al amanecer el sol toca el campanario de la iglesia, los guajolotes de doña Nuri habían alarmado con su escándalo a la gente la mañana del veinticuatro. Esos días, en años anteriores, eran tranquilos y quietos pues los pavos despertaban silenciosos, sin plumas, rellenos de picadillo con almendras y en el fondo de una cazuela. En esta ocasión y sin saber por qué, las aves de la granja, para sorpresa mía y bienestar de ellas, permanecían gorjeando en los corrales; ante la espectación del vecindario y la tristeza de doña Nuri, la gran empresaria guajolotera y mi anfitriona en la cena de esa noche; permanecían vivas, haciendo quebrar así su negocio.

La noticia era bienvenida por toda la gente: nadie se puso de acuerdo, pero en esa nochebuena, el tan "tradicional" pavo relleno no estaría, como todos los años, en las mesas del pueblo, durante la cena, salvo en la que yo sería un invitado especial.

— Estamos hartos de que nos vea la cara con esos avechuchos tan costosos - escuché decir a Oriol, el tractorista, mientras yo andaba por el mercado entre jitomates, papas, aceitunas y moscas—.

— De hoy en adelante nada de pavos para la cena de navidad —dijo Teresita de la tortillería—.

En el transcurso de la tarde, una tarde que para mí fue especialmente calurosa, todas las amas de casa se visitaban unas a otras, para intercambiar puntos de vista sobre el *rollo de verduras* y la *ensalada de nochebuena*.

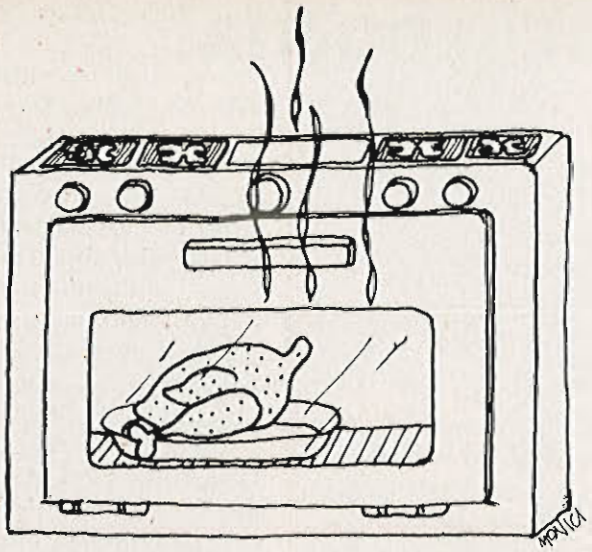
Cosme, el cocinero de la fonda "Fineta" fue quien tuvo la idea del *rollo de verduras* y Floro, el que vendía el aceite en el expendio, fue quien propuso la *Ensalada de nochebuena*.

Los ingredientes necesarios para preparar el *rollo* eran pocos, y más baratos que los requeridos para la preparación del pavo, y se podían conseguir en cualquier tienda:

— Un pan de caja grande.
— Dos pechugas de pollo grandes.
— Un cuarto de kilo de chícharos.
— Un cuarto de kilo de ejotes.
— Un cuarto de kilo de zanahorias.
— Un apio chico.
— Un cuarto de kilo de papas.
— Medio litro de leche.
— Un litro de crema.

Con estos alimentos se podía preparar un delicioso plato para *ocho personas* y, para el mismo número de invitados, la *ensalada de nochebuena* se podía hacer con:

— Un kilo de betabel.
— Dos jícamas medianas.
— Un cuarto de kilo de cacahuates.
— Un cuarto de kilo de azúcar.
— Tres naranjas medianas.
— Tres manzanas medianas.
— Una lechuga los que así lo deseaban.



Desde la ventana de la calurosa cocina de doña Nuri, en donde me encontraba provisionalmente, pude ver a la vecina que, en medio del ruido de los guajolotes que sobrevivían sanos y felices en la granja, preparaba su *rollo de verduras*.

Como primer paso, una vez que las pechugas de pollo estuvieron cocidas y deshebradas y las verduras, también cocidas y picadas en pequeños cuadritos, lo mezcló todo con la crema y lo aderezó a su gusto. Colocó, después, sobre una servilleta muy delgada el pan de caja, al que previamente le había quitado la costrita de las orillas. Pegó, una junto con otra, cada rebanada, mojando con leche los extremos de cada una de ellas, hasta que, encima de la servilleta, formó un cuadrado. Luego puso la mezcla de verduras y pollo en la superficie del pan, lo distribuyó a lo largo y a lo ancho, y lo fue envolviendo con mucho cuidado, hasta que quedó un rollo al que amarró con la servilleta y posteriormente introdujo en el refrigerador.

Como mucha gente del pueblo no tenía en donde enfriar su *rollo*, acudían a casa de Pascuala, la vecina, para pedirle que se los refrigerara. Pude escuchar varias discusiones sobre el aderezo que le ponían a la mezcla de verduras: había quienes preferían hacerlo con un poco de mayonesa, otras le ponían pimienta y un poco de ajo, mientras que algunas señoras, sólo con sal le daban el sabor.

El ambiente del pueblo era de mucha alegría y se comentaba el gran éxito que habían tenido las recetas de Cosme y Floro.

Pasé aquella tarde espiando a la gente emocionada, y azándome de calor. Sentía un extraño dolor de cabeza, pues me encontraba encerrado en el mundo anticuado de doña Nuri, mientras que los demás habían descubierto una manera nueva y más práctica de festejar, sin derrochar su dinero, una fecha muy especial.

La *ensalada de nochebuena* era más fácil de elaborar: cuando el betabel estaba cocido, lo picó en trocitos pequeños al igual que las jícamas lavadas y las manzanas. Después lo puso todo en un recipiente y le agregó un poco de azúcar.

La polémica en torno a la ensalada la comenzó Pascuala, pues le añadió lechuga, ingredientes que en la receta original de Floro no estaba incluido. También Oriol, el tractorista, como era su costumbre, le echó un vaso de vino tinto. Los cacahuates según Floro debían ponerse a la hora de servirla.

En la noche, cuando ya en todas las casas se brindaba con el ponche caliente y cuando alegremente se deseaban ¡Feliz Navidad! con un abrazo caluroso, en vez de los carísimos regalos que en años anteriores acostumbraban hacerse, yo me encontraba en la fiesta de doña Nuri con mi dolor de cabeza y experimentando una sensación desagradable al ver brindar a los pocos invitados, con champaña y bebidas gaseosas. A la hora de repartir los regalos sentí ganas de correr a donde se escuchaban las risas de los vecinos, pero me fue imposible.

Fue cuando la anfitriona, doña Nuri con un enorme cuchillo, me cortó el ala izquierda, que comprendí que esa manera de festejar, tan superficial y ficticia, era la que me había hecho perder la cabeza.

Juan Ramón Zabalegui

Tengo una muñeca vestida de azul

Epoca de juguetes

En estas fechas los Reyes Magos y su competidor "Santa" se encuentran con las peticiones infantiles para la navidad y el 6 de enero.

El problema a que se enfrentan nuestros personajes es bastante más complicado de lo que parece. Los juguetes no deben ser considerados artículos banales, puesto que se hallan vinculados a la actividad más importante para cualquier niño: El juego.

Conejo Blas,
¿a dónde vas
con esa escopeta
colgada de atrás?

Para el niño, jugar es trabajar, explorar el mundo, conocerse a sí mismo, entablar relaciones con los demás, participar en la realidad que lo rodea. Si para el adulto el juego es un momento de pausa, para el niño es la actividad fundamental en la vida.

A través del juego el niño asimila los valores y los roles sociales. La niña peina, viste, alimenta y reprende a sus muñecas; el niño "arregla" y revisa su cochecito, ordena el ataque y persigue bandidos; niños y niñas juegan a la casita, viajan en automóvil y atienden una miscelánea.

Pero sobre todo, el juego es imaginar, es trasladarse a otros espacios y tiempos, adoptar otras personalidades, reinventar los objetos e incluso crearlos. En las manos del niño las cosas se convierten en juguetes. Y son estos objetos, los protagonistas de las siguientes reflexiones.

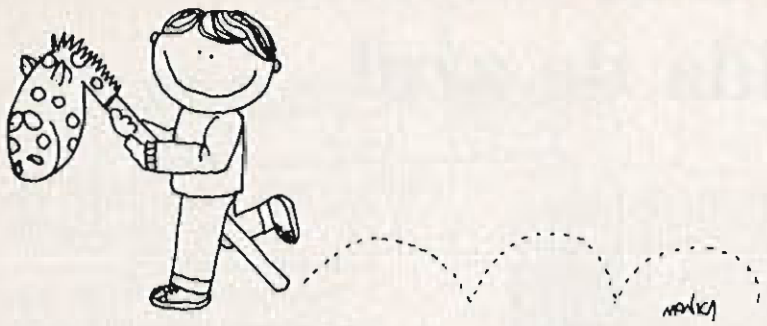
De los caballitos
que vienen y van
el que más me gusta
es el alazán.

Todos hemos visto alguna vez a un niño utilizar objetos como cajas de cartón, corcholatas o cacerolas para jugar. También hemos visto soldaditos de plomo, muñecas y robots convertidos en piezas de colección, muy lejanos de las manos de los niños. Así, un juguete no es necesariamente un objeto creado específicamente para jugar. Un juguete se define por su uso y juguete es todo objeto material que se utiliza con fines lúdicos. Trátese de un cochecito de pedales, trátese de unos botes convertidos en zancos.

A los juguetes los podemos clasificar en tres categorías:

La primera se refiere a los juguetes elaborados por la misma persona que los ha de usar, generalmente a partir de los mismos materiales que le proporciona el medio ambiente. El mismo niño, con papel de china, cordel y varitas puede confeccionar un papalote, o con dos latas y un cordel, puede instalar su propio teléfono.

La segunda categoría corresponde a los juguetes artesanales, que en México tienen una larga tradición. La elaboración de este



tipo de juguetes requiere conocimientos, habilidades y herramientas especiales. Ofrecen la ventaja de ser económicos, además de poseer un gran valor estético. Este tipo de juguetes, todavía fáciles de conseguir, se han convertido en manifestaciones culturales reconocidas y muy estimadas tanto en México como en el extranjero.

La última categoría es la del juguete industrial, que en la época actual, guarda estrecha relación con los personajes del cine, la historieta y la televisión. Se producen grandes volúmenes y cuenta con el respaldo de extensas redes de promoción y de distribución.

Cada categoría merece una pequeña evaluación respecto a sus posibles ventajas en lo económico, en lo práctico, así como en el más importante de todos los aspectos: su relación con el desenvolvimiento de las capacidades del niño.

Doña Blanca está cubierta
de pilares de oro y plata,
romperemos un pilar
para ver a Doña Blanca.

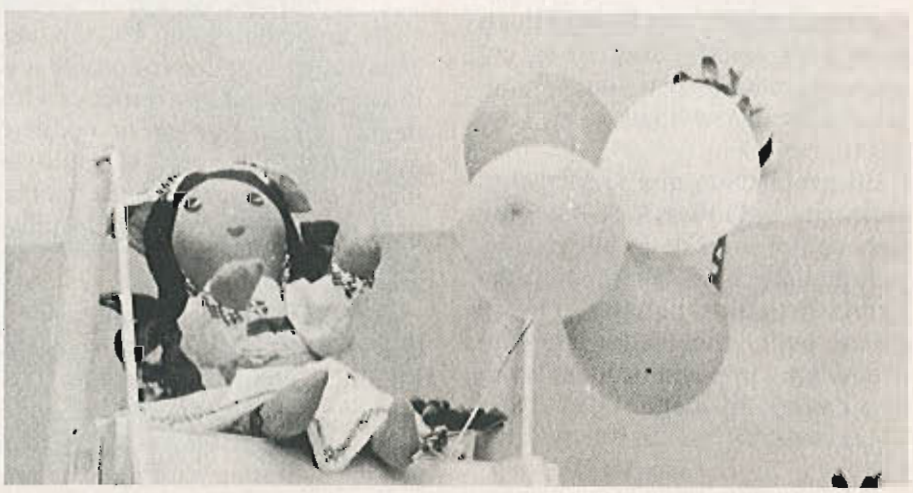
El primer tipo de juguete ofrece magníficas oportunidades para poner en práctica la propia creatividad. De hecho el juego comienza desde la propia elaboración del juguete. Pero para que esto sea posible, el niño debe actuar en forma espontánea, ya que si la manufactura del juguete se impone contra su voluntad, el resultado puede ser contraproducente. Los padres deben buscar la manera de despertar el interés de los niños y de estimularlos.

Esto sólo se puede lograr si los padres participan en el juego, con lo que además se establece un espacio de convivencia muy enriquecedor para todos.

El juguete artesanal ofrece también grandes ventajas. Cuando se compra directamente con quienes lo elaboran su precio es muy accesible. Por otra parte, su sencillez y originalidad dotan al juego de elementos muy variados y enriquecedores. La imaginación y la creatividad tienen en el juguete artesanal un amplio campo para desarrollarse, sobre todo porque la belleza de este tipo de objetos es un valioso apoyo para estimular la sensibilidad de los niños, de familiarizarlos con una forma de arte popular, de ofrecerles una variada gama de texturas, formas y colores. Es también un foco de atracción para despertar el interés hacia el conocimiento y valoración de algunas de nuestras tradiciones.

Ocupémonos ahora del juguete industrial. Se ha atacado mucho a esta clase de juguetes, pero su popularidad es considerable, ya que resulta poderosamente atractiva para los niños. Esto se debe principalmente a la relación entre medios masivos de comunicación y juguetes industriales: cuando una película o un programa de televisión se lanzan al mercado, vienen acompañados de toda una serie de artículos de consumo inspirados en los personajes y artefactos que aparecen en estas producciones, entre estos artículos, desde luego se encuentran los juguetes. Al mismo tiempo se inicia una campaña publicitaria con el fin de apoyar la promoción de estas mercancías.

Si bien estos juguetes facilitan al niño la identificación con los héroes en que se inspiran, no parecen del todo aconsejables. Se trata de héroes de popularidad efímera que no tardan en ser sustituidos por los personajes de nuevas películas o series de televisión, por lo que rápidamente pasan de moda y se convierten en desechos, una especie de reyes destronados: ¿A quién le interesa un muñeco de E.T. o de los Pitufos si ahora están de moda "los amos del universo"? HE-MAN y SHEARA acompañarán, durante algún tiempo los juegos programados, hasta que les toque el turno de engrosar el basurero.



No sugerimos de ninguna manera que se prive a los niños de este tipo de juguetes. Actualmente se han integrado en tal forma a la cotidianidad de los pequeños que su prohibición por parte de los padres, podría causar más daño que beneficio. Un niño podría sentirse menospreciado y despojado de algo que anhela, y probablemente perdería estimación por parte de sus compañeros. Con esto nos damos cuenta de hasta que grado han conseguido arraigarse en nuestro medio los juguetes industriales.

Uno de los aspectos más cuestionables de los "juguetes de moda" es su incapacidad para propiciar un vínculo afectivo con el niño, simplemente porque el mercado no da tiempo para ello.

En cuanto el juguete pasa de moda hay que reemplazarlo y olvidarlo. Esto resulta grave porque se propicia una actitud indiferente e incluso frívola hacia los objetos y conductas, lo que puede anunciar una futura indiferencia hacia las relaciones con las personas y hacia las tareas que se inician pero que pocas veces se concluyen.

Ahí vienen los changos
de Chapultepec
el más chiquito
se parece a usted.

Martinillo, Martinillo,
¿eres tú, eres tú?
Toca la campana, toca la campana
din, don, dan, din, don, dan.

Creemos que la actitud más acertada de quienes vigilan la educación del niño, es brindarle la oportunidad de conocer el mayor número de alternativas posibles, lo que implica una cuidadosa atención por parte de los padres, quienes deben ser consecuentes con su responsabilidad. No olvidemos que el juego infantil es algo muy serio.

Si la felicidad es el desarrollo máximo de las propias capacidades, el juego para el niño es precisamente la forma de encontrar y desarrollar sus potencialidades.

Queridos Santos Reyes les pedimos por favor que las cosas que nos traigan las escojan lo mejor posible.

Virginia Medina Avila y Juan Amael Vizzuett O.

Lo importante es el juego no el juguete

Es muy importante tomar en cuenta la edad de los niños para escoger el juguete que se ha de regalar. A continuación le ofrecemos algunas sugerencias:

Entre los *tres y los cinco meses*. Un sólo objeto: sonajero, anillas, móvil cuyas oscilaciones el bebé sigue con los ojos.

De los *cinco a los ocho meses*. Varios objetos: sonajeros, ábacos, objetos para mordisquear y juguetes de hule.

De los *ocho a los doce meses*. Grandes juguetes de hule.

De los *doce a los quince meses*. Cajas para llenar y vaciar, animales de peluche, frascos para quitar y poner el tapón, bobinas para enrollar, papel para arrugar y estrujar y juguetes de plástico y goma.

De los *quince a los dieciocho meses*. Primero juegos de imitación como comiditas y primeros libros de estampas.

De los *dieciocho a los veintiún meses*. Muñecos en general toman mucha importancia. Se pueden ofrecer muñequitas u ositos si todavía no se ha hecho.

De los *veintiún meses a los dos años*. Es la edad de los juegos sensoriomotrices que conducen al desarrollo del movimiento coordinado. Se sugieren juguetes para alinear, superponer, vaciar, meter en cajas y arrastrar: cubos, coches, camiones, ladrillos de plástico o de madera.

De los *dos a los tres años*. Juegos de pelota y juegos de equilibrio.

De los *tres a los cuatro años*. Desarrollo del equilibrio: primer triciclo y carretillas.

De los *cuatro a los siete años*. El niño prefiere correr, saltar, brincar, trepar. En los parques públicos puede jugar en la resbaladilla, el columpio, el sube y baja, aros, etc.

A partir de los *siete años*: Zancos, trineos, juegos de competición, boliche, canicas, trompo, balero, yo-yo. Edad adecuada para propiciar la práctica de cualquier deporte. No deben regalarse juguetes que imiten artículos deportivos, sino auténticos artículos deportivos.

A partir de esta edad el niño prefiere los juguetes más acordes a sus inquietudes, los padres pueden fomentar o ayudar a encaminar estas aptitudes.

Comprarlos no es cosa de juego

Si piensa comprar juguetes durante esta temporada tenga cuidado al seleccionarlos. Tome en cuenta la edad, las inquietudes y las habilidades del niño a quien se los va a regalar.

Antes de comprarlos determine cuánto dinero puede destinar a esta adquisición sin afectar sus gastos del mes.

Recuerde que, generalmente, la publicidad busca vender productos a toda costa; por tanto, si compra el juguete anunciado, compruebe la veracidad de las funciones que se le atribuyen.

Al adquirirlo solicite la garantía por escrito, en caso de que no se la den guarde su nota de compra para cualquier reclamación posterior.

Si el juguete se encuentra dentro de un empaque compruebe que esté totalmente cerrado.

Es recomendable que los padres de familia, junto con sus pequeños, abran el paquete y lean los instructivos, para así evitar posibles desviaciones en el uso y funcionamiento de los juguetes adquiridos.

Para el mejor aprovechamiento del artículo, este debe ser apropiado a la edad del niño y traer claramente explicadas las instrucciones de mantenimiento y cuidado del mismo.

Es importante que los padres compartan con sus hijos el momento de diversión, esto aumenta la convivencia e integración familiar, así como la confianza de los niños hacia sus progenitores. Además es muy conveniente que durante el juego, los padres estimulen a sus hijos para que desarrollen su imaginación, creatividad y capacidades.

Igualmente que apoyen y feliciten a sus niños por los pequeños logros alcanzados durante el juego; este reconocimiento contribuye a que los niños adquieran seguridad en sí mismos.

Hay que inculcar en los hijos el cuidado por el juguete; con ello, aunque sea en mínima parte, se fomentará en el niño una actitud constructiva.

Si compra juguetes de pedales:

Revise cuidadosamente que la mercancía no presente rebabas, partes filosas o punzocortantes que puedan causar daños físicos a los niños.

Cerciórese que el artículo presente una estabilidad adecuada, es decir, que no se caiga fácilmente.

Verifique el buen funcionamiento de pedales, ruedas, volantes o accesorios.

Observe que el tamaño y forma del juguete corresponda con la estatura y edad del niño al que va a obsequiárselo.

Si compra juguetes eléctricos:

Todo juguete eléctrico debe contar con un instructivo de operación y garantía del fabricante. Exíjalos en el momento de la compra.

— Verifique la consistencia del juguete tomando en cuenta el adecuado funcionamiento del interruptor, el espacio justo para colocar las pilas o el alimentador de corriente, así como las partes movibles y demás accesorios.

Antes de comprar el artículo, infórmese sobre las edades para las que fue diseñado.

Antes de poner en operación el juguete eléctrico, lea cuidadosamente, junto con sus hijos, los instructivos de operación.

Si compra muñecas:

Revise que el funcionamiento de las articulaciones de piernas, brazos, cabeza y el movimiento de los ojos (en su caso) se realicen sin dificultad.

Si la muñeca presenta partes pequeñas punzocortantes, como grapas o alfileres, es necesario retirarlos antes de entregar el juguete a los niños.

Regalos: que no sean inútiles y caros

Cuando Miguel tomó el paquete envuelto en celofán, con un moñito azul y rojo y una tarjeta con su nombre, sintió la alegría que significa recibir un regalo. Se apresuró a abrirlo, quizo hacerlo con mucho cuidado para no romper el papel y el moño, que podría utilizarlos en otra ocasión, pero las voces y gritos de sus compañeros de trabajo, que le rodeaban, lo incitaban a rasgarlo y no le quedó más remedio... Cuando abrió el paquete encontró una colección de discos de rock; sus compañeros lo felicitaron y él, con la mejor de sus sonrisas y un abrazo, dio las gracias al compañero que se lo obsequió en el intercambio de presentes en la oficina. Ya a solas se puso a pensar que haría con los discos, pues a él no sólo no le gustaba el rock sino que lo aborrecía, su música favorita era la tropical y en especial el danzón; además hubiera preferido que le regalaran algunos libros que le permitieran disfrutar buenas horas de lectura.

Casos como el de Miguel son muy frecuentes en esta temporada de fin de año, en la que el "intercambio de regalos" en los centros de trabajo se ha vuelto casi obligatorio y por quedar bien con los jefes o compañeros de trabajo se regalan objetos caros y en muchas ocasiones inútiles.

Motivos por los que se hacen regalos

El acto de regalar nos brinda la satisfacción de sentirnos generosos y ofrece la oportunidad de mostrar afecto; dar y recibir brinda alegría a los seres humanos y de eso se aprovecha la publicidad para inducirnos a obsequiar cosas superfluas que desvían el significado original del regalo.

Se regala por cortesía, por compromiso, por obligación, para obtener prestigio, para convivir con los demás, para demostrar afecto, por no saber como brindar cariño,

por culpa, o simplemente por la satisfacción de dar.

En diciembre de 1985, el INCO realizó una encuesta de opinión acerca de las motivaciones que orientaron la compra y el consumo de regalos materiales. Para tal efecto se entrevistó a 243 personas en distintos rumbos de la ciudad de México, de ellas aproximadamente 163 manifestó tener planeado hacer regalos en Navidad y Año Nuevo y 80 de los entrevistados no tenían planeado hacerlo.

De acuerdo con la encuesta, los principales motivos que se adujeron para regalar fueron: la tradición o costumbre, el gusto por regalar, por afecto y, en algunas ocasiones, por sentirse obligado a hacerlo.

Los motivos que manifestaron los entrevistados que no tenían planeado hacer regalos fueron: el no tener costumbre de regalar y principalmente la falta de dinero suficiente para hacerlo.

Regalos absurdos

Entre algunos de los regalos costosos podemos mencionar los siguientes: relojes con despertador, cronómetro a prueba de agua y de golpes, que le dan la hora de quince países diferentes y que también sirven, como cualquier otro, para darle la hora; licuadoras con diez velocidades para que al usarlas se sienta en una autopista y no en su cocina; lavadoras con "chaca chaca" y pantallita para que usted vea que la ropa sí se lava; jabón especial para medias, y aerosol para que la ropa no se le pegue al cuerpo; shampoo para tenis; fijadores para el cabello, uno para que el cabello parezca mojado, otro para que quede parado y otro más para que parezca natural; crema especial para los parpados; crema especial para las pestañas; crema especial para los labios y con ella evite que se le corra el lápiz labial; adornos para el hogar, desde figurillas de plástico y vidrio, hasta animales disecados; casetes, discos, cinturones, encendedores, llaveros y miles de "chucherías" que en la mayoría de los casos, si prescinde de ellas, su vida seguirá como si nada.

El buen regalo

Lo más valioso que podemos regalar a nuestros seres queridos es nuestro afecto y la convivencia con ellos. Un regalo sincero y afectuoso se caracteriza por:

— Ser espontáneo y darse en cualquier ocasión y no solamente en fechas especiales.

— Que al elegir el regalo se piense en la persona a la que va dirigido y tengamos en cuenta sus gustos y necesidades.

— Que no se haga por compromiso u obligación.

— Que no represente una carga económica que afecte el presupuesto familiar.

Información: Dirección Técnica
Mario Caballero

TIPO DE OBSEQUIOS POR ESTRATO DE INGRESO

En la encuesta realizada por el INCO en diciembre de 1985, se encontró que la mayoría de las personas entrevistadas que tenían planeado regalar algo, se inclinaban por cosas útiles como ropa y calzado, los menos pensaban regalar cosas superfluas. La siguiente tabla nos muestra el tipo de obsequios que se regalarían de acuerdo al nivel de ingresos.

TIPO DE PRODUCTO	BAJO Con ingresos de hasta dos salarios mínimos	MEDIO Ingresos de 2 a 5 veces el mínimo	ALTO Ingresos de más de 5 veces el mínimo
Ropa y calzado	66.7%	62%	48.8%
Chucherías	6.7%	5.6%	4.6%
Perfumes	2.2%	4.2%	4.6%
Juguetes	2.2%	——	7.0%
Joyería	——	——	7.0%
Artículos para el hogar	2.2%	——	7.0%
Algo útil	4.4%	12.7%	7.0%
Otros	8.9%	9.9%	9.3%
No sabe	6.7%	5.6%	4.7%
TOTALES	100%	100%	100%
Personas Entrevistadas	45	71	43

Fuente: Departamento de Seguimiento y análisis del consumo. Dirección Técnica. INCO.

Las andanzas de los precios en octubre

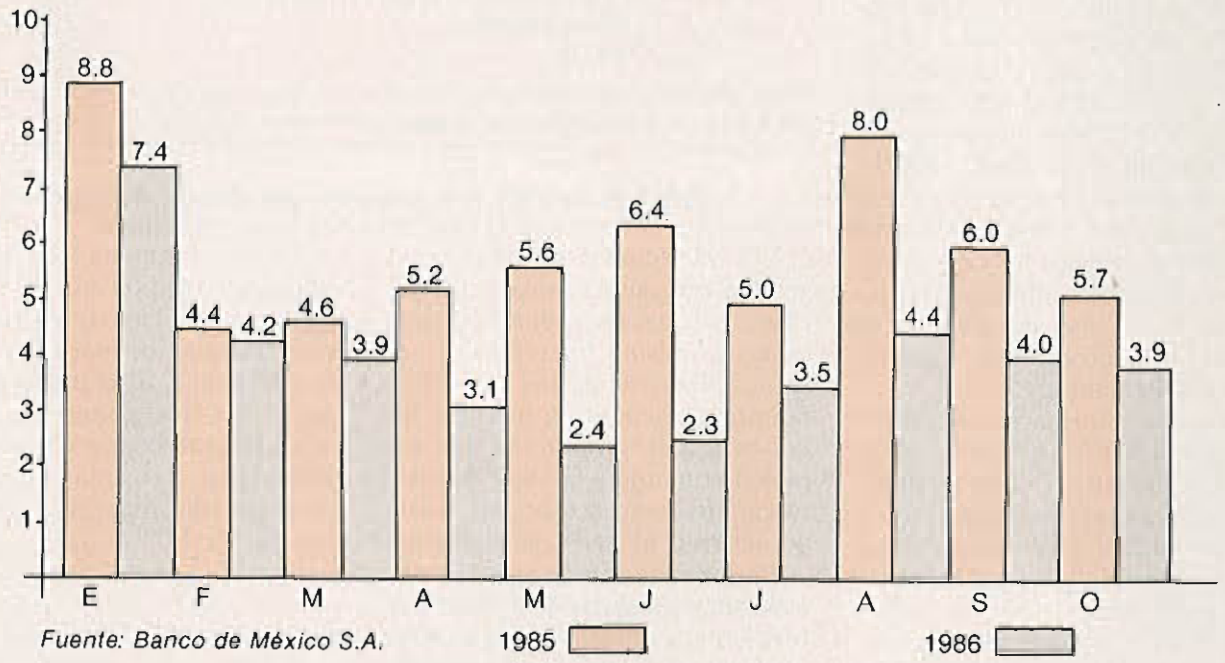
Para analizar el incremento de los precios en los productos de consumo generalizado resulta útil recurrir a la información que elabora mensualmente el Banco de México, S.A. En ella podemos observar las variaciones que en promedio han registrado los diferentes grupos de productos.

De acuerdo con esto, en el mes de octubre los precios a nivel nacional crecieron en 5.7 por ciento con respecto al mes anterior, por lo que, medida la inflación de enero a octubre, los precios se incrementaron un 78.6 por ciento.

Para darnos una idea de que podemos esperar para finales de este año, hay que comparar esta información con lo ocurrido el año pasado: en el mes de octubre de 1985 los precios se incrementaron 3.9 por ciento con respecto al mes anterior, cifra que resultó menor en 1.8 puntos porcentuales a la de este año; en el período comprendido de enero a octubre de 1985, la inflación había llegado a 48.6 por ciento, es decir que fue menor en 30 puntos porcentuales a la cifra del presente año.

En diciembre de 1985 el índice nacional de precios al consumidor llegó al 63.7 por ciento, esto significa que en los últimos dos meses del año, el incremento de precios fue mayor al promedio que se había registrado de enero a octubre. Si en este año también, durante los meses de noviembre y diciembre los precios registran los mayores incrementos del año, es posible que en 1986 rebasen el 100 por ciento de inflación.

Indice Nacional de Precios al Consumidor
(Incrementos mensuales de enero a octubre)



Fuente: Banco de México S.A.

Al considerar las variaciones en los precios por grupo de productos durante el mes de octubre, nos damos cuenta que los que más colaboraron para el incremento del índice general fueron los muebles y enseres domésticos, con 7.7 por ciento; así como la ropa y el calzado con 7.0 por ciento y salud y cuidado con el 6.7 por ciento.

Los grupos que registraron el menor incremento en el mes de octubre fueron el transporte con el 3.7 por ciento y educación y esparcimiento con 4.2 por ciento.

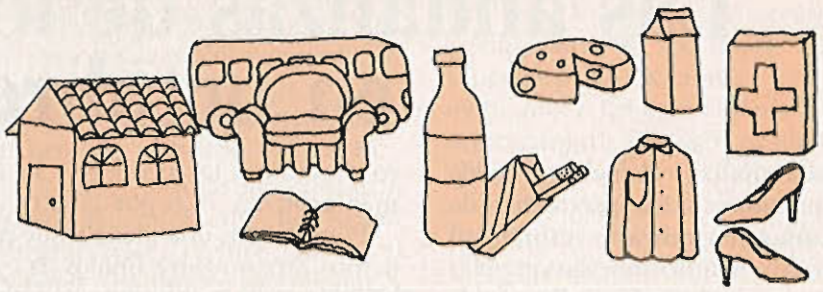
En cuanto a la inflación acumulada de enero a octubre por grupo de productos, se observó que 5 de los 8 grupos, registraron un incremento de precios mayor al incremento general, fue el rubro de salud y cuidado personal el que registró el incremento más rápido de precios con 88 por ciento, es decir 9.4 puntos por arriba de la inflación general. Siguió en importan-

cia el rubro de transporte con 82.7 por ciento. En relación a estos dos rubros, es importante señalar que en el primer caso el incremento de precios se ha distribuido a lo largo del año ubicado casi siempre con un incremento mayor al del índice general; mientras que en transporte, el incremento mayor de precios se ubicó en el mes de agosto cuando aumentaron las tarifas y la gasolina. Antes de este mes la acumulación en el incremento de los precios del transporte siempre había estado por abajo del índice general de precios al consumidor.

Los otros tres rubros que han registrado una inflación mayor al promedio, son: alimentos, bebidas y tabaco con 81.9 por ciento; educación y esparcimiento con 80.4 por ciento y muebles y enseres domésticos con 78.8 por ciento. De estos tres, sólo en educación hay una época determinada de crecimiento importante en los precios, que fue julio-agosto, debido a la fijación de las nuevas cuotas en escuelas y a los importantes gastos en útiles y uniformes escolares que se reflejan en un aumento significativo de precios. En los otros dos casos (alimentos y muebles) el incremento de precios ha sido constante en todos los meses del año, aunque en el caso de muebles y enseres ha destacado más a partir del segundo semestre.

Toda esta información que proporciona el Banco de México es de gran utilidad para conocer en donde debemos tener más cuidado para racionalizar nuestros gastos, comparar precio y comprar sólo lo indispensable.

En el caso de alimentos y productos de consumo generalizado, recuerde que el Instituto Nacional del Consumidor ofrece orientación sobre precios y lugares de compra, con la cual usted puede hacer importantísimas economías. En cuanto al cuidado de la salud, que como se vio es el rubro que más se ha encarecido durante el año, también el INCO le puede orientar sobre mejores hábitos de consumo a fin de mantenerse saludable.



Indice Nacional de Precios al Consumidor por origen del gasto (Enero - Octubre 1986)

INCREMENTO EN OCTUBRE %		ACUMULADO ENERO - OCTUBRE %
5.7	INDICE GENERAL	78.6
5.9	ALIMENTOS, BEBIDAS Y TABACO	81.9
7.7	MUEBLES Y ENSERES DOMESTICOS	78.8
7.0	ROPA Y CALZADO	71.1
5.2	VIVIENDA	67.6
6.7	SALUD Y CUIDADO PERSONAL	88.0
4.2	EDUCACION Y ESPARCIMIENTO	80.4
3.7	TRANSPORTE	82.7
6.1	OTROS	76.2

FUENTE: Indice de Precios, Banco de México, S.A.

Indice de precios al consumidor por estrato de ingreso

Las variaciones de precios no afectan por igual a toda la población, ya que no todos podemos gastar lo mismo ni en las mismas cosas. Nuestros gastos los distribuimos de acuerdo a nuestros ingresos y a la proporción que vamos destinando a la alimentación, transporte, educación, etc., varía de acuerdo al nivel de ingresos.

En las canastas de bienes y servicios determinadas en el Banco de México por estratos de ingresos, se observa que a los que más ha afectado la inflación han sido a los estratos con ingresos hasta un salario mínimo en donde el crecimiento de precios de los productos que consumen ha sido mayor durante casi todo el año. En octubre estos productos aumentaron un 6.3 por ciento y el acumulado de enero a octubre es de 85.1 por ciento, este último se encuentra 6.5 puntos por arriba de la inflación general.

El estrato que ha sido afectado en menor medida por el proceso inflacionario, en lo que va del año, es el que percibe más de tres salarios mínimos, al registrar un 76.6 por ciento en el periodo de enero a octubre y un 5.6 por ciento en este último mes, porcentajes que se encuentran por abajo de la inflación general.

Esto no significa que los mismos productos que forman parte de ambas canastas de bienes y servicios, no incrementen en la misma magnitud; la diferencia se debe a que la proporción del ingreso destinado a la compra de cada producto es diferente, además de que en el estrato con ingresos mayores se incluyen otros productos que posiblemente no aumenten tanto de precio y por ello el crecimiento promedio se atenúa.

Cambios en los precios oficiales

Durante la segunda mitad del mes de octubre y primera de noviembre, los precios oficiales registraron importantes incrementos, fundamentalmente en los productos considerados como básicos, lo cual repercute en mayor medida sobre la capacidad de compra de las familias de escasos recursos, que les lleva a reducir sus volúmenes de compra y adquirir productos de menor calidad o a productos sustitutos cuando esto es posible.

En este período, el aceite y la manteca vegetal se incrementaron en un 33.0 por ciento después de haber mantenido el mismo precio por más de seis meses. Los refrescos aumentaron en 25.0 por ciento sobre el precio que mantuvieron durante menos de tres meses. El atún y la sardina aumentaron el 4.0 por ciento y el 7.0 por ciento respectivamente; además es importante aclarar que estos productos habían venido aumentando mensualmente y el último precio se mantuvo únicamente tres días.

También en estas fechas se autorizó el cambio de régimen de control oficial al de registro de precios únicamente a los siguientes productos: atún en presentaciones superiores a 250 grs. y la sardina en aceite en presentaciones de 125 grs. o menos, en lata rectangular, a partir del día 2 de octubre; el café soluble Dolca y Marwell House, pasan a registro y quedan fuera de control por contener azúcar (octubre 9); y las pastas dentales de 100 ml. en adelante, también quedan fuera de control a partir del 6 de noviembre. En estos casos el proceso de fijación de precios por parte de la SECOFI queda en manos de los productores a partir de las fechas señaladas.

Un caso poco común, sobre todo en esta época de inflación sostenida, es el hecho de que 10 días después de haberse anunciado un incremento al precio de la carne se tomó la decisión de regresar al antiguo precio, $90.00 menor al fijado días antes, esto fue debido a que el precio ha implicado una caída en las ventas de este producto, y un incremento las haría caer aún más.

Ante la actual situación es importante recordar que la actitud de un buen consumidor es la de programar sus compras, no comprar por impulso, cuidar la calidad de los productos, no caer en trampas publicitarias y en caso de que se aproveche una oferta cerciorarse de que lo sea efectivamente; comparar precios y procurar comprar sólo las cosas sanas y útiles para la familia y el hogar, ya que una forma importante de "estirar el gasto", es evitar las compras inútiles. Si usted observa estas recomendaciones estará aprovechando su dinero y hará mejores compras.

Para mayor información sobre precios y precios oficiales marque el 568-87-22, en la ciudad de México o los teléfonos de las Delegaciones Federales del Instituto Nacional del Consumidor en el interior de la República.

Cambios en los precios oficiales de productos seleccionados*

PRODUCTO	UNIDAD DE MEDIDA	PRECIO ANTERIOR ($)	FECHA DE FIJACION	PRECIO ACTUAL ($)	FECHA DE CAMBIO	INCREMENTO (%)	VIGENCIA
ACEITE DE CARTAMO, SOYA Y GIRASOL:							
ENVASE DESECHABLE	1 lt	590.00	17-02-86	785.00	09-10-86	33.0	6 Meses 23 días
ATUN	198 gr	523.00	06-10-86	543.00	09-10-86	4.0	3 días
SARDINA EN TOMATE	425 gr	353.00	06-10-86	379.00	09-10-86	7.0	3 días
GALLETAS PREMIUM	1 kg	503.00	27-06-86	568.00	06-10-86	13.0	3 Meses 9 días
LECHE CLAVEL VITAMINADA	Lata 410 gr	201.00	05-06-86	240.00	24-09-86	19.0	3 Meses 18 días
GASOLINA NOVA PLUS	1 lt	125.00	08-08-86	141.00	28-10-86	13.0	2 Meses 20 días
REFRESCOS NORMALES	Mediano	52.00	08-08-86	65.00	31-10-86	25.0	2 Meses 23 días
GAS LICUADO DOMESTICO	1kg	89.00	01-10-86	97.00	01-11-86	9.0	1 Mes
PASTA DENTAL CREST	75 ml	224.00	22-08-86	263.00	16-10-86	17.0	2 Meses 8 días
LECHE PASTEURIZADA PREFERENTE EXTRA	Cartón 1 lt	200.00	08-09-86	225.00	04-11-86	13.0	1 Mes 12 días
ARROZ TIPO SINALOA	Bolsa 1 kg	276.00	11-08-86	343.00	04-11-86	24.0	2 Meses 15 días
MANTECA VEGETAL	1/2 kg	302.00	24-03-86	402.00	03-10-86	33.0	6 Meses 3 días
CARNE:							
PULPA DE RES	1 kg	1,650.00	27-10-86	1,560.00	06-11-86	-5.0	10 días
DETERGENTES:							
Ariel	1 kg	519.00	27-08-86	617.00	06-10-86	19.0	1 Mes 9 días

PRECIOS (*) Vigentes para el D.F. y Area Metropolitana.
FUENTE: Datos proporcionados por la Secretaría de Comercio y Fomento Industrial. (SECOFI)

Evolución de los precios de productos electrodomésticos de agosto a noviembre de 1986

De acuerdo con las cotizaciones de productos electrodomésticos llevada a cabo por el Instituto Nacional del Consumidor en 20 establecimientos del Distrito Federal, de los cuales 15 son tiendas especializadas y 5 de autoservicio, se analizó el comportamiento de los precios de 8 productos. La selección de éstos se realizó en función de ser los más comunes en los hogares mexicanos; utilizándose este mismo criterio para las marcas y modelos.

Los productos incluídos en el paquete fueron: refrigerador (9.5 pies), estufa (4 quemadores), lavadora (aut. 5 kg.), televisión de color (14 pulgadas), equipo de sonido (radio-grabadora y bafles), plancha (vapor), licuadora (2 velocidades) y olla de presión (4 litros), registrando en el mes de agosto un precio promedio de $984,542.00; en tanto que en el mes de noviembre el mismo paquete tuvo un precio de $1'310,664.00, con un incremento del 33.1 por ciento.

Los artículos que presentaron un mayor incremento en el período fueron: el refrigerador con 48.8 por ciento, seguido por la estufa con 44.9 por ciento y la televisión a color 38.0 por ciento. Aquellos que observaron una menor variación fueron la licuadora 9.9 por ciento y el equipo de sonido 16.0 por ciento.

De los incrementos en el costo total del paquete de agosto a noviembre destacan los ocurridos de septiembre a octubre (13.5 por ciento) y de octubre a noviembre (15.6 por ciento). Hecho que contrasta con el incremento observado de agosto a septiembre, el cual presentó una variación del 1.4 por ciento.

El producto más caro dentro del paquete fue el televisor, que eleva su precio con alrededor del 25.0 por ciento del precio total. Sin embargo no es el producto que mayor incremento registró, considerando los períodos de febrero a julio y de agosto a noviembre.

En los meses de febrero a julio, el artículo que mostró mayor variación en su precio fue la licuadora con el 59.9 por ciento, seguido por la lavadora que se incrementó en 44.0 por ciento y el televisor a color 41.5 por ciento. En general las variaciones de precios en los productos considerados son superiores al 25.0 por ciento durante este período.

Para el lapso comprendido de agosto a noviembre, los productos que observaron un mayor incremento fueron: el refrigerador con el 48.8 por ciento, la estufa con el 44.9 por ciento y el televisor a color con un 38.0 por ciento. A diferencia del período anterior, sí se presentan incrementos inferiores al 25 por ciento como es el caso de la licuadora 9.9 por ciento, y el equipo de sonido 16.0 por ciento.

Si se relacionan los precios de los artículos del paquete, con el esfuerzo que tiene que realizar un trabajador para adquirir estos productos, considerando que todo su ingreso lo destine a ello (cosa) que no sucede en la realidad, ya que tiene que cubrir otros gastos como alimentación, vestido, etcétera), se tendría que destinar en el mes de agosto 130.2 días de salario mínimo vigente en el Distrito Federal, para adquirir un televisor de color (más de 4 meses). Este mismo producto adquirido en noviembre equivale a 179.8 días de salario (6 meses), es decir, el incremento correspondió a 2 meses de salario, en un período de 4 meses (38.1 por ciento).

El producto que menos variación tuvo en términos del esfuerzo representado en número de veces el salario mínimo, fue la licuadora que para el mes de agosto requería 7.7 veces el salario mínimo y en noviembre fue de 8.5 salarios; es decir, hubo un incremento del 10.4 por ciento de agosto a noviembre.

Indice de precios por ciudad

Como se señaló en los puntos anteriores el crecimiento del Indice Nacional de Precios al Consumidor fue, durante el mes de octubre de 5.7 por ciento, cifra que muestra los incrementos de los precios en general para toda la República, es decir que este incremento es el resultado de promediar las variaciones que durante el mes tuvieron todos los productos en las 35 ciudades en las que se realizan las encuestas de precios.

En dicho mes la ciudad que tuvo el mayor incremento de precios fue Córdoba, Veracruz, con un 8.8 por ciento y la ciudad que registró el menor incremento fue Tulancingo, Hidalgo, con el 4.1 por ciento; el mes pasado esta última fue una de las ciudades con mayor incremento de precios.

Si se consideran todos los meses que van del presente año, la ciudad más cara es Veracruz, Veracruz con el 91.2 por ciento y la de menor variación Tapachula, Chiapas, con un incremento acumulado del 70.9 por ciento de enero a octubre.

Relación de productos electrodomésticos en relación al salario mínimo (Número de veces)[1]

PRODUCTO	AGO	SEP	OCT	NOV	VARIACION DE PRECIO EN RELACION AL NUM. DE SALARIOS MINIMOS AGOSTO-SEPTIEMBRE
REFRIGERADOR	80.4	78.7	91.6	117.2	36.8
ESTUFA	54.2	56.6	59.0	78.6	24.4
LAVADORA	95.5	97.6	104.2	123.2	27.7
T.V. COLOR	130.2	130.3	169.6	179.8	49.6
EQUIPO DE SONIDO	97.3	100.3	102.5	113.0	15.7
PLANCHA	5.5	6.2	7.0	7.4	1.9
LICUADORA	7.7	7.9	8.2	8.5	0.8
OLLA DE PRESION	5.8	5.9	6.8	7.0	1.2

[1] *Se calculó con base en el salario mínimo del Distrito Federal, que fue de $2,065.00.*
FUENTE: Instituto Nacional del Consumidor, Departamento de Estudios Económicos, 1986.

Haga bellos juguetes

A los niños les gusta mucho que sus papás o sus abuelos les hagan juguetes: una muñeca de trapo, un barco de papel, un títere o cualquier otro. Esta acción provoca en el niño un sentimiento de aprecio, además de que cuidará más su regalo.

El juguete es un instrumento útil, aunque no es determinante para que el niño juegue, pues él puede usar su imaginación para divertirse y aprender. Como sabemos, el juego es motivador, y la motivación es la mejor predisposición para el aprendizaje.

Para que el pequeño aprenda y desarrolle sus habilidades, es necesario proporcionarle juguetes que le permitan participar, actuar y que a la vez lo sorprendan; que realmente lo eduquen. No por esto deben ser aburridos, más bien deben responder a sus intereses. Entre más participación exista por parte de los niños más significativos serán los instrumentos de diversión. En este sentido, los padres de familia, los maestros o cualquier familiar adulto pueden ser promotores del juego y de la construcción de juguetes.

A continuación le damos algunos ejemplos de juguetes que el Consejo Nacional de Fomento Educativo (CONAFE) sugiere para que los niños se diviertan con ellos:

Juego de memoria

Material:
Cartulina, tijeras, lápices de colores.

Cómo construir el juego:

1. Corta 60 cartoncitos de 6 por 6 centímetros.
2. Dibuja una misma figura en dos cartoncitos hasta completar el total de fichas.

Cómo se juega:

Pueden participar varios jugadores:

1. Se colocan todas las fichas boca abajo y se revuelven.
2. El primer jugador levantará una ficha y la pondrá boca arriba, luego tomará otra y si coincide con la primera formará un par y tendrá derecho a otra oportunidad.
3. Cuando la segunda ficha es diferente a la primera, el jugador deberá regresar ambas fichas a su lugar, boca abajo, y será el turno del siguiente participante.
4. Ganará el jugador que más pares haga.

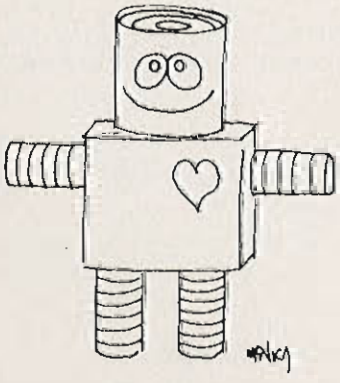
Muñecos.

Cuando pensamos en muñecos, casi siempre creemos que éstos son juegos para niñas. Sin embargo, a los niños, también les gusta jugar con ellos, si no lo hacen es porque se les ha hecho creer que son juegos femeninos.

Cómo hacerlos.

Material.

8 latas vacías o envases de cartón, medianos o pequeños (también pueden usarse rollos de papel de baño)
1 lata grande para formar la cabeza.
5 tiras grandes de hilo resistente, mecate o cordón.
1 caja (para hacer el cuerpo) y dos más chicas para los pies.
3 corcholatas o círculos de cartón, tijeras, resistol y una vara de madera.



Diseño:

1. Haz una perforación en la base de los botes.
2. De dos en dos, pasa un cordón. De esta manera formarás las manos. A los pies agrégales las cajas de cartón chicas.
3. Pégalas al cuerpo, es decir, a la caja grande.
4. Haz lo mismo con la lata que formará la cabeza y ponle ojos, nariz y boca.
5. Amarra el cordón sobrante de manos y cabeza, a una varita para que se pueda mover.

Títeres de vara.

Material:

Cartoncillo, palitos, colores, tijeras, resistol o clavos.

Cómo hacerlos:

1. Dibuja un personaje sobre el cartoncillo.
2. Recórtalo y pégalo o clávalo sobre un palo.
3. Invéntale una historia.

FUENTE: Consejo Nacional de Fomento Educativo.

Amigo lector:

Nos interesa conocer a fondo los problemas —grandes o pequeños— que, como consumidor, enfrenta en estos días.

Deseamos ayudarle a encontrar la solución adecuada y para ello sólo le pedimos que escriba al: **Instituto Nacional del Consumidor, Departamento de Derechos del Consumidor, Apartado Postal 20600, México, D.F., C.P. 01030.**

Para que usted reciba respuesta a las cartas que nos dirija, le pedimos que revise con cuidado sus datos como remitente y que los escriba claramente: su domicilio, calle, número, C.P. Delegación o Municipio. Si tiene teléfono envíenos su número porque será de gran utilidad llamarle para informarle sobre su caso.

También, de manera directa, puede obtener orientación gratuita en la Ciudad de México, en la Planta Baja del Instituto Nacional del Consumidor, ubicado en Insurgentes Sur No. 1228, Colonia del Valle, de lunes a viernes de 8:00 a 20:00 horas y los sábados de 8:00 a 15:30 horas. Para el interior de la República, acuda a las Delegaciones Federales del Instituto Nacional del Consumidor.

EE.UU.: 50 CUMPLEAÑOS DE LA CONSUMER UNIONS.

La *Consumer Unions* de Estados Unidos cumplió en el mes de mayo 50 años de existencia y de trabajo en el campo de los análisis comparativos, de la investigación y de la representación y defensa de los consumidores norteamericanos. Con este activo, publicarán dos libros y abrirán un "museo del consumo". Uno de los libros dará cuenta de cómo se han desarrollado, desde 1936, sus programas de análisis comparativos de productos.

Por otra parte, Rhoda Karpatkin, Presidente de IOCU y directora de la organización, presidió un acto en memoria de las víctimas de Bhopal, un año después de la tragedia. En su discurso, la señora Karpatkin aconsejó a los consumidores ser más conscientes y tomar parte activa en los temas relacionados con la seguridad en el uso de productos químicos.

Información mundial del consumo.
Edición de la IOCU para Iberoamérica No. 3.

ASAMBLEA GENERAL DE LA O.M.S.

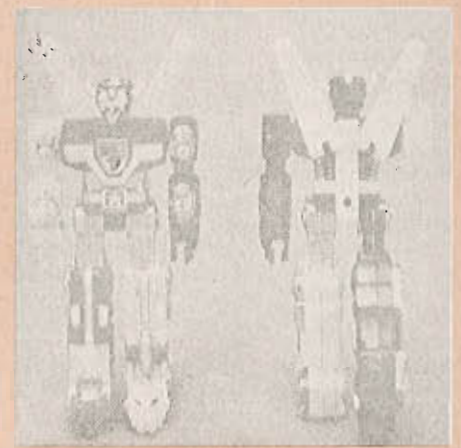
La Asamblea de la Organización Mundial de la Salud se reunió, en Ginebra en mayo pasado, para discutir la "Revisión de una Estrategia sobre Medicamentos". Esta nueva estrategia formará la base de acción de la OMS sobre medicamentos para los próximos años. Estuvieron en Ginebra representantes de los consumidores de todo el mundo (incluyendo tres de Iberoamérica) con el objeto de presionar a los delegados para que la nueva propuesta sea realmente efectiva.

Durante la realización de la Asamblea, la HAI (Acción de Salud Internacional) hizo público un "Paquete de Medicamentos-Problema". Este bien documentado "paquete" entrega ideas y recomendaciones para la acción en diferentes tipos de medicamentos que están siendo mal usados en todo el mundo y su versión en español será dada a la publicidad, simultáneamente, en varios paises de Iberoamérica.

Inmediatamente después de la Asamblea de la OMS tuvo lugar la reunión internacional de HAI. Más de cuarenta activistas de salud y de consumidores de Africa, Asia, Europa, Iberoamérica y Norteamérica abordaron los temas de cómo llevar adelante sus campañas para conseguir un mejor uso de los medicamentos y cómo encontrar formas de trabajo conjunto que, a la vez, sean más efectivas.

JAPON: CONFERENCIA NACIONAL DE CONSUMIDORES

Tuvo lugar en Japón la 24 Conferencia Nacional de Consumidores, a la que asistieron más de 4,000 representantes. De las 84 resoluciones que se acordaron en la conferencia, hay que destacar, entre otras, las relativas a la oposición a las propuestas que intentaron abolir las regulaciones existentes sobre aditivos en los alimentos, etiquetado engañoso y la promoción, en Japón, de las directrices que aprobó el año pasado la Organización de las Naciones Unidas sobre Protección al Consumidor.



Juguetes peligrosos

La Comisión de Seguridad de Productos al Consumidor de Estados Unidos publicó ayer una convocatoria para retirar más de un millón de las papulares "transformers" denominadas Voltron, debido a que tienen una cantidad ilegal de plomo en las partes metálicas pintadas. La Matchbox Toys, de Moonachie, Nueva Jersey empezó a retirar del mercado estos juguetes fabricados en Taiwan.

Vacaciones de fin de año

Si entre sus planes está viajar este fin de año, piense que debe ser una decisión bien fundamentada y organizada para que disfrute plenamente su periodo vacacional.

El incremento en el costo de bienes y servicios turísticos convierte casi en un sueño vacacionar durante esta temporada por las bellas playas y ciudades de nuestro país.

No salga a la aventura, recuerde que en "temporada alta" Semana Santa, julio-agosto y diciembre; los hoteles se saturan, los precios de hospedaje y alimentos se elevan y por consiguiente las irregularidades no faltan.

Lo idóneo es que antes de salir realice una cuidadosa planificación. Compare los precios del transporte, del hospedaje, de los alimentos y las diversas ofertas de paquetes turísticos. Considere en especial las promociones de las instituciones dedicadas al turismo social como el CREA, TURISSSTE, FIDETO y PROTUTSA, así como los programas que ofrece la Secretaría de Turismo.

Si le resulta imposible viajar en estas temporadas, tómelo con calma, planee sus vacaciones en épocas más propicias, y mientras tanto, disfrute de los sitios de esparcimiento cercanos a su lugar de residencia. Si vive en el Distrito Federal puede solicitar folletos turísticos y explicativos en los módulos de información de el Departamento del Distrito Federal y de la Secretaría de Turismo o en cualquier Delegación Política, en él encontrará información acerca de diversiones muy económicas e inclusive, gratuitas.

Vacaciones durante 1985: Estudio del INCO.

Con el propósito de conocer las actividades realizadas durante el periodo vacacional de fin de año 1985, el Instituto Nacional del Consumidor realizó un sondeo de opinión entre personas residentes en la ciudad de México. La población entrevistada se clasificó por estratos de ingresos: de dos hasta más de cinco veces el salario mínimo.

De las personas entrevistadas el 46.7 por ciento permanecieron en la ciudad durante su periodo vacacional. La principal actividad que realizaron las de ingresos bajo y alto fue el descanso, mientras que las de estrato medio se dedicaron al arreglo de sus casas. Las causas por las que no salieron de la ciudad fueron la falta de dinero y la costumbre de no salir en estas fechas.

El 32.6 por ciento de los encuestados que sí salieron lo hicieron para visitar a sus familiares, el

Si desea conocer los paquetes que ofrecen durante esta temporada las **Agencias turísticas de servicio social**, puede dirigirse directamente a éstas en los siguientes domicilios:

Agencia de Turismo Juvenil (CREA), Glorieta metro Insurgentes, local C-11, colonia Juárez, Tels. 525-25-48 y 525-21-53.

Agencia del ISSSTE (TURISSSTE), Paseo de la Reforma No. 19 Bis, Tels. 510-45-59 y 512-77-32.

Agencia de Viajes del Fideicomiso del Turismo Obrero, FIDETO (VIDA), local 15-A, Glorieta metro Insurgentes.

Promotora Turística para los Trabajadores, S.A. de C.V. (PROTUTSA) Congreso del Trabajo Tels: 514-79-30 y 525-40-08.

51.9 por ciento de este grupo manifestó haberlo hecho para visitar "x" lugar, ya que les gustaba, buscaban diversión o simplemente por el deseo de conocerlo y el 15.5 por ciento buscó lugares de descanso, por cercanía al D.F. u otros motivos. El 90.3 por ciento de las personas que visitaron las playas lo hicieron por motivos exclusivamente de descanso.

Por lo que toca al medio de transporte, el autobús fue el más utilizado por los vacacionistas (46.4 por ciento); el 37.2 usó automóvil, el 14.4 por ciento viajó en avión y el 1.8 por ciento lo hizo en ferrocarril. El tipo de transporte utilizado fue principalmente por causas de distancia.

El gasto más importante en las vacaciones, de acuerdo a las personas encuestadas, fue el hospedaje para los turistas de ingreso medio, y las compras para los de ingreso bajo y alto. En los tres estratos de ingreso, el rubro en que se gastó menos fue la recreación.

Tomando en cuenta el estudio mencionado, le recordamos que si va a salir de vacaciones, considere que el descanso y la diversión son más importantes que el realizar compras, ya que esto sólo deteriora su presupuesto.

Ley Federal de Turismo.

Si va a salir de viaje, es conveniente que conozca algunos artículos de la Ley Federal de Turismo, para que sepa cuales son sus derechos y en caso de ser necesario presente su queja respectiva ante las delegaciones de la Secretaría de Turismo y Procuraduría Federal del Consumidor, o en sus oficinas centrales.

Referente a las obligaciones de los prestadores de servicios turísticos de restaurantes, cafeterías y similares la ley dice:

Art. 49, Fracción I. Se deben exhibir en lugar visible y en la entrada del establecimiento la lista de precios autorizados.

II. Conservar las instalaciones y equipo en estado de uso e higiene.

III. Cumplir con las reservaciones aceptadas.

IV. Abstenerse de realizar cualquier práctica o política discriminatoria.

El reglamento de establecimiento de hospedaje señala en algunos de sus artículos lo siguiente:

CEES

Art. 21. Las tarifas establecidas o autorizadas por la SECTUR deberán exhibirse claramente a los turistas en el área de recepción o acceso de los establecimientos.

Art. 30. Cuando los prestadores ofrezcan servicios complementarios que impliquen el pago de tarifas adicionales, deberán ser exhibidas en lugares visibles a los turistas y ser respetadas en sus términos.

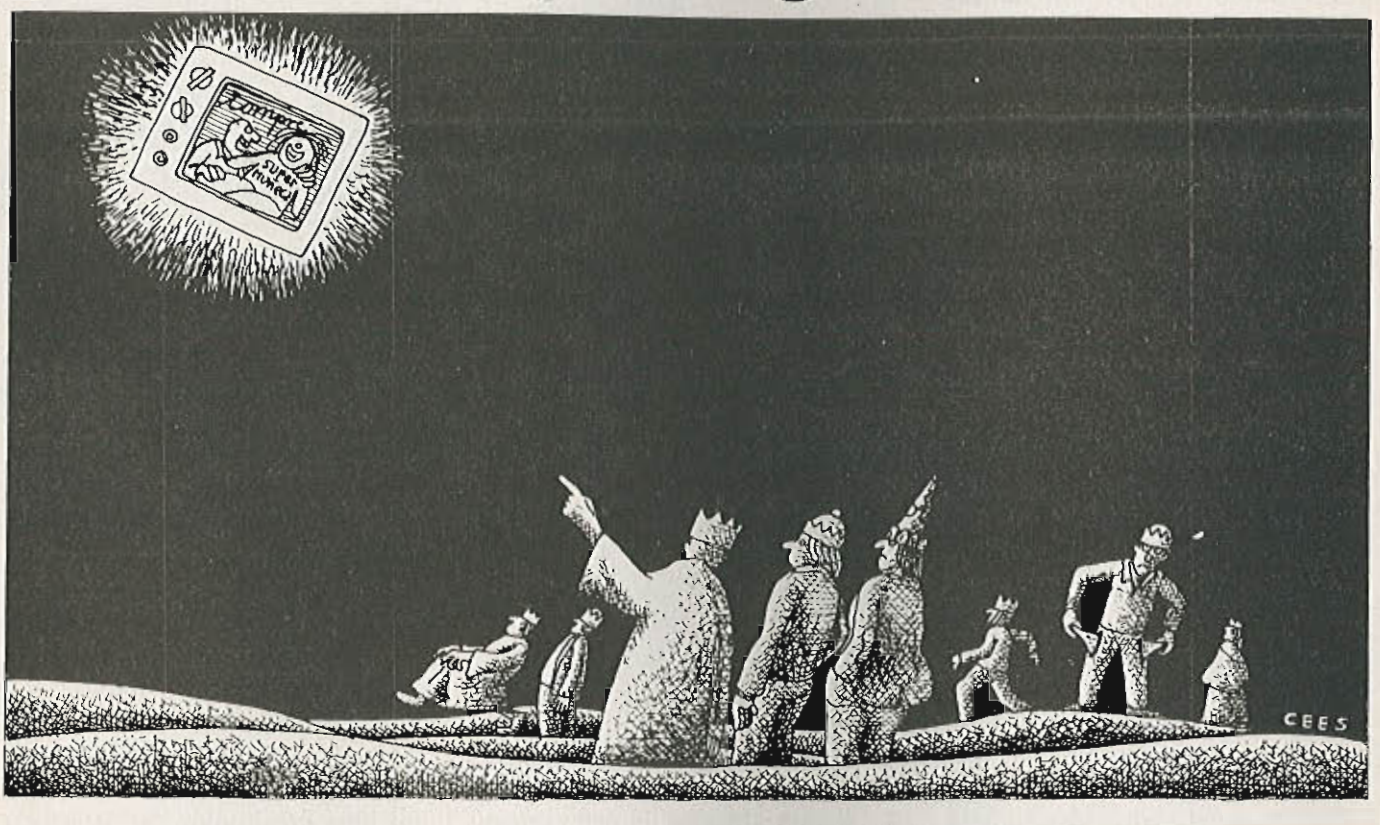
Art. 27. Si el alojamiento fue reservado y pagado totalmente con anticipación, al momento en que se proporcione el servicio, se respetará la tarifa pagada. Si sólo se pagó un anticipo, se podrá ajustar el aumento correspondiente a la tarifa vigente en el momento en que se preste el servicio.

Para presentar una queja por cualquier anomalía en su contra, puede dirigirse a la Secretaría de Turismo, en sus oficinas centrales, ubicadas en Presidente Mazaryk No. 172, colonia Chapultepec Morales, México, D.F., Teléfonos 531-12-22 y 554-19-54 o a cualquier Delegación de esta dependencia en el interior de la República, también a la Procuraduría Federal del Consumidor que se encuentra en Carmona y Valle No. 11, D.F., teléfono 761-38-11, o a sus Delegaciones Federales.

Información: Dirección Técnica

Amalia Beltrán Espinosa

Miles y miles de Reyes Magos llegarán



Es impreciso el número de Reyes Magos que visitaron a Jesús recién nacido en Belén. Esto no se menciona en el evangelio. Se dice que fueron tres, por la cantidad de regalos que obsequiaron al niño Dios (oro, incienso y mirra).

En nuestros días, los Reyes Magos, hechos leyenda, son fuente de empleo para las clases pobres y de riqueza para los comerciantes; siguen siendo representados por tres, pero se multiplican en miles y miles de Baltasares, Melchores y Gaspares que proliferan en la Alameda Central, tiendas, centros comerciales, anuncios publicitarios y en las mentes de gran cantidad de niños que asocian su "buen o mal comportamiento del año" con los legendarios personajes y con los juguetes que por enésima vez han visto en la televisión.

Tampoco se tiene un conocimiento exacto de su oficio. Se dice que no eran reyes, sino sabios. "Ni siquiera se ha de entender que fueran magos en la acepción peyorativa de hechiceros o astrólogos, porque el contexto del evangelio pide un sentido completamente favorable".* La palabra mago, de etimología griega, se atribuye al que conoce ciencias tales como la astronomía.

Así pues, se comprende el descubrimiento de una estrella poco común en el cielo y su interpretación como un mensaje profético.

Según la iglesia católica, los monarcas fueron guiados por el cuerpo celeste hasta el pesebre en donde se encontraba el Mesías. Nosotros, Reyes Magos, contemporáneos, somos conducidos también, pero por un bombardeo comercial desmedido que nos condiciona a comprar juguetes extremadamente caros, que en muchas ocasiones son fugaces diversiones en las manos de nuestros hijos.

La fusión de dos culturas

Al margen de este fenómeno, hecho costumbre desde hace muchísimos años en nuestro país, la tradición de los Reyes Magos sobrevive como otra de las manifestaciones culturales que fusiona las creencias religiosas, traídas desde la conquista por los españoles, con las prácticas propias de cada región.

Se dice que el festejo de la Navidad en México fue introducido por los frailes agustinos y franciscanos que, junto con los indígenas comenzaron a hacer representaciones teatrales referidas al tema. Se le atribuye el inicio de éstas al "franciscano Andrés de Olmos... teatro propiamente mexicano, si se atiende a razones de lenguas y costumbres enlazadas por condiciones indígenas como hispánicas y justamente con un auto de ado-

ración de los Reyes Magos, escrito aproximadamente en 1530".*

En la actualidad, el 6 de enero se festeja de diversas formas en la provincia: en Cajititlán, Jalisco, por ejemplo, se ejecutan danzas como la de los Sonajeros, las Pastoras y el baile de la Conquista; además de realizarse una procesión que encabezan los Reyes Magos. En algunos sitios como Veracruz, éstos son compadres de José y María. Para que sea posible el compadrazgo, se tienen que robar la figurilla de Jesús durante la cena de Navidad y devolverla con nueva vestimenta el 2 de febrero, Día de la Candelaria.

La rosca de Reyes, que se come el sexto día de enero, guarda dentro de sí, además de tradición y convivencia, a los muñequitos que por azar son descubiertos por los comensales, quienes se comprometen a realizar una fiesta también el 2 de febrero.

El 6 de enero ¿enajenación o tradición?

Conmemorar el 6 de enero regalando juguetes y ropa a los niños y partiendo la famosa rosca, puede ser interesante como tradición, pero desvirtuado es sumamente desfavorable a los valores propios y a la economía familiar, es decir, como enajenación. En las ciudades, el Día de Reyes se olvida y se aleja cada vez más del sentido que inicialmente se le dio. El encargado de esto es: un complejo y bien estructurado sistema publicitario que exalta el modernismo como contrapuesto a nuestras tradiciones, y que fomenta entre la población el consumo al comprar los juguetes que le anuncian aunque muchas veces no sean de buena calidad ni sean propicios para despertar la imaginación y creatividad de los infantes.

Si bien es cierto que es difícil aislar a los niños del mundo comercializado en que viven, sí se puede lograr que observen su medio con una visión más crítica, de tal manera que:

1. Por sí mismos encuentren, ayudados por los adultos, el engaño que existe en ciertos mensajes comerciales.

2. Aprecien los juguetes por sus posibilidades de creación; es decir, no es lo mismo comprar un juguete que por sí solo haga todo (una muñeca que habla, camina, llora, canta, etcétera), que aquel en donde interviene la inventiva del pequeño.

3. Valoren las cualidades de los juguetes típicos mexicanos con la finalidad de defender y conservar nuestra rica cultura.

4. Se tome conciencia de que el valor del juguete radica en el grado de entretenimiento y diversión que proporciona y no en el precio.

5. Se acabe con la competencia entre los adultos por demostrar quién tiene mayores posibilidades económicas; y entre los niños por quién tiene el juguete más caro y aparatoso.

Es importante descubrir las aptitudes de nuestros hijos e impulsarlas a través del juego.

Comentaba una madre de familia que su hija siempre pedía muñecas a los Santos Reyes, pero nunca jugaba con ellas por que "siempre estaban enfermas". Sin embargo, la niña ocupaba su tiempo libre en dibujar. No se le ocurría a la señora, en lugar de comprarle una muñeca más, que sería conveniente regalarle colores u otro material para dibujo.

El encarecimiento de la vida es cada vez mayor en nuestro país. Pero lo valioso en ésta como en otras expresiones de amor, no tiene porque estar necesariamente ligado a los recursos económicos disponibles. ¿Ha pensado en hacer el regalo con sus propias manos utilizando retazos de tela, envases de cartón de leche, botones, palos, etcétera. Todo es cuestión de usar la imaginación en lugar de dejar que los demás piensen por nosotros. Si el seis de enero llegarán miles y miles de Reyes Magos, por lo menos que éstos sean creadores y no compradores.

**Rublúo Luis "Queridos Santos Reyes" Excélsior/Diorama de la Cultura 27 de Diciembre de 1981 pág. 6*

Patricia Aridjis Perea

Pastorelas

Hermosa tradición mexicana

En esta época navideña no todo será pinos de plástico y "santacloses". Existe una tradición muy bella y divertida: la pastorela.

La historia de la pastorela, además de ser interesante, nos muestra como, a pesar de haber pasado de los españoles a los mexicanos, se ha convertido en una tradición nacional desde hace muchos años.

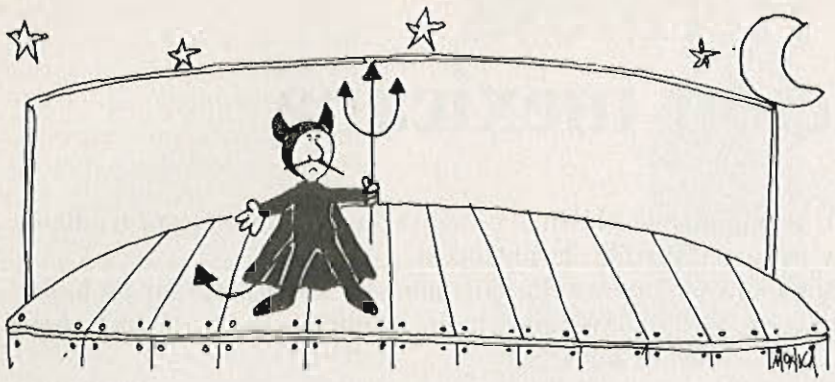
Enriquecida por las costumbres, el lenguaje, el folklor y el ingenio mexicano, la pastorela es en la actualidad un sano y divertido espectáculo, testimonio de nuestra historia. Es una tradición que vale la pena fomentar y conservar ya que además tiene un carácter didáctico importante en comparación con otros espectáculos.

Desde tiempos muy remotos, aún antes de que los primeros evangelizadores pisaran el Continente Americano, los indígenas naturales de esta tierra usaban ya la danza y el canto como una expresión de adoración a sus dioses. Los Franciscanos, que fueron los primeros en llegar, dos años después de la caída de Tenochtitlan, en 1523, tenían la preocupación fundamental de inculcar a los indígenas la doctrina Cristiana.

Uno de los principales problemas con el que los franciscanos se encontraron, fue el de la poligamia, costumbre muy arraigada entre los indígenas. Se dice que había más mujeres que hombres, de manera que tocaban a razón de diez a cada varón. Sin embargo esta costumbre se debía más bien a las complicadas estructuras sociales. Los señores principales acaparaban a las mujeres. Algunas veces, hasta doscientas cada uno y cuando un mancebo quería mujer, era difícil encontrarla.

Los franciscanos, queriendo remediar ésto, representaron en Tlatelolco, en 1533, una obra teatral llamada "Ejemplo del Juicio Final", basada en los textos del apocalipsis. La impresión de los indígenas ante esta obra fue grande. Había en ella la concepción nueva del paraíso celestial, y de un Dios arrasador y cruel, que castigaría a todos aquellos que no siguieran los mandatos divinos, y en especial la santa ley del matrimonio.

Los franciscanos usaron además trucos teatrales muy elaborados, que pretendían pasar por reales y cuya finalidad era la de horrorizar y atemorizar a los espectadores. Entre otras imágenes, se representa la de una mujer doscientas veces impura, que es



conducida al infierno bajo el escenario a través de una compuerta; y que entre rayos y centellas, desaparece. Jesús, por ejemplo, se alza por los cielos ante el asombro de todos los allí presentes y a la mitad del viaje se detiene para lanzar un amenazador sermón en donde condena a los impíos y advierte a éstos el destino que tendrán si no lo escuchan. Junto con él se elevan otros tantos virtuosos. El final de esta amonestación visual sin recato, está dado por el sacerdote que dirige de nuevo su mensaje religioso.

Otro método de evangelización, más moderado y menos penoso fue el utilizado por Fray Pedro de Gante, que era tartamudo y que tenía dificultad para comunicarse aún con los mismos españoles. Buscando un vehículo más claro que el de la palabra, al advertir que los naturales del lugar usaban la danza y el canto como expresiones comunes de adoración, supuso que tendría éxito si utilizaba esas artes para sus fines evangelizadores. No era fácil atraerlos. Cada vez que veían un fraile o un español, se echaban a correr en sentido contrario. Sin embargo el experimento de Fray Pedro de Gante tuvo éxito, como él mismo escribe en 1558 al Rey Felipe II. "y como yo vi esto y que todos sus cantares eran dedicados a sus dioses, compuse metros muy solemnes sobre la ley de Dios y de la Fe y cómo Dios se hizo hombre para salvar al linaje humano, y cómo nació de la Virgen María, quedando ella pura é sin mácula; y esto dos meses poco más o menos antes de la natividad de Cristo, y también diles lebreas para pintar en sus mantos, para bailar con ella..."

Fray Pedro convocó a los indígenas y se dice que después de esto los señores más principales, resumidos en el patio del viejo templo de San Francisco en Tlaxcala, (probablemente antes de 1533), aceptaron mandar a sus hijos a la escuela Cristiana, y algunos hasta se bautizaron, tomando nuevos nombres, que precedidos por el Don antecedían a los suyos originales ya de por sí larguísimos.

En fin, las representaciones teatrales con propósitos evangelizadores siguieron extendiéndose y en 1538 en Tlaxcala, en la primera procesión de Corpus Christi se representaron cuatro obras: "La Anunciación de la Natividad de San Juan Bautista", "La Anunciación de Nuestra Señora", "La Visitación de la Santísima Virgen a Santa Isabel" y "La Natividad de San Juan Bautista".

No mucho después se prohibieron las representaciones "poco honestas" y los cantos y danzas en los templos. De todas maneras y a pesar de las prohibiciones se representó en 1557 la "Adoración de los Reyes Magos" en donde apareció por primera vez la figura del niño Dios. Respecto a este auto los cronistas dicen: "y nunca se omitió el auto del ofrecimiento de los Reyes Magos al Niño Dios, en el día de Epifanía, fiesta que los indios consideraban como suya propia, por ser la de la advocación de los gentiles en la fe."

El auto de la "Adoración de los Reyes" viene a ser una misa, precedida y acompañada por escenas de teatro, pero la historia tiene orígenes mucho más antiguos, y un interesante relato de este suceso es el que encontramos en el libro "El Millón" de Marco Polo:

"En Persia está situada la ciudad de Sava, de donde salieron los tres Reyes Magos para venir a adorar a Jesucristo. Y en esta ciudad están los tres reyes enterrados, en sendos sepulcros de gran magnificencia. Sobre los cenotafios hay un templete cuadrado, excelentemente labrado. Los tres sepulcros aparecen uno junto al otro. Los cuerpos de los reyes se conservan intactos, con sus barbas y sus cabelleras. Se llamaban: uno Baltasar, otro Gaspar y el tercero Melchor. No muy lejos de allí, a tres días de viaje, se ve un alcazar, llamado Cala Atepereistán, que en castellano significa castillo de los adoradores del fuego.

Las gentes del castillo repiten que en los tiempos antiguos, los tres Reyes de la comarca se pusieron en viaje para adorar a un profeta recién nacido y llevarle tres

ofrendas: oro, incienso y mirra. Así sabrían si el profeta era Dios, rey terreno o médico. Dijeron que si el profeta tomaba el oro, era rey terreno, si tomaba el incienso era un Dios; y si tomaba la mirra, era un médico. Resolvieron ir entonces los tres al mismo tiempo a adorar al niño. Y lo encontraron del tamaño de la edad que le correspondía —tenía el niño a la sazón tres días—. Se postraron ante él y le ofrecieron el oro, el incienso y la mirra. El niño tomó las tres ofrendas y les dio a cambio, un cofrecillo herméticamente cerrado.

Dentro del cofrecillo los Reyes encontraron una piedra, con la cual el niño les quiso significar que debían ser firmes y constantes en su fe; pero como desconocían el significado la arrojaron a un pozo y vieron que de las nubes descendió una llamarada que se hundió hasta la piedra. Comprendieron que se trataba de un talismán, tomaron parte del fuego y lo llevaron a sus respectivos países para mantenerlo ardiendo y utilizarlo en todos los holocaustos."

A todo esto que hasta ahora había surgido del trabajo de los franciscanos, siguió lo que sería el verdadero origen de la Pastorela como la conocemos ahora: una representación teatral didáctica, irónica y crítica, en donde se usa canto y música tradicionales y en donde, sobre todo, aparecen los pastores y pastoras que irán a Belén a adorar al niño Dios en su pesebre.

Los personajes de los pastores generalmente encarnan a los siete pecados capitales: soberbia, avaricia, lujuria, ira, gula, envidia y pereza, y se expresan en un lenguaje rústico, que es causa de humor involuntario. Por ejemplo, en la pastorela tradicional de Arandas Jalisco, Bartolo es el héroe de la pereza cuando expresa su gran flojera de llegar a la adoración y responde a Danteo cuando éste le dice:

—Bartolito, Bartolito
verás la gloria y la fama.
—Mejor gloria tengo yo
debajo de mi frazada.

Bato — Cuatro docenas de gordas
aunque sea de impar, impar

Bato y Gila son los personajes de la Gula y la Ira.

Gila — Y tú cara de tejón
ojos de mula enojada
ónde estaría mi juicio
cuando intenté ser casada.

Característica de la Pastorela tradicional es también la muy apasionada y dramática lucha entre San Miguel y Luzbel. Aquí escuchamos a Luzbel mientras se queja después de su derrota:

¡Venciste Miguel, ¡Venciste!
sólo ese nombre pudiera
desvanecer mi arrogancia
humillando mi soberbia
estoy vencido Miguel,
bajo tus pies, sometido
en el cielo fui Luz bella
y ahora soy aborrecido.

El triunfo es siempre del bien sobre el mal. Por más artes maléficas que Lucifer utilice en contra de Jesucristo, no hay una sola pastorela en que se tenga noticia de que haya triunfado. Los pastores, prisioneros de sus pecados, y algunas veces engañados por Luzbel, son finalmente perdonados por el niño Dios. En este momento, todos alrededor del pesebre, cantan generalmente algún villancico tradicional después de haber

rebozado júbilo por toda la escena.

Esta, que es la estructura básica de una pastorela. Debe su origen a los Jesuitas que llegaron al Continente Americano, el mismo año en que los historiadores dan por realizada la conquista espiritual en 1572. La primera pastorela de la que se tiene noticia se remonta al año de 1578 en Zapotlán, Jalisco.

Las pastorelas han sido representadas en los atrios de las iglesias, en los patios de los conventos, en grandes teatros, en carpas, en los barrios y vecindades de la ciudad y en diversos lugares.

En las que pertenecen a la tradición del folclor urbano que se presentan en las vecindades y barrios, los versos tradicionales han sido cargados de sexualidad y desprecio por la figura del diablo, con el propósito de ironizar y hacer reír.

Son también una excelente oportunidad para la sátira política, como lo podemos ver en este fragmento de la obra "Pastores de la Ciudad" de Emilio Carballido. El diablo está representado por la figura del policía.

VENDEDORA: Flores de Nochebuena, flores de Nochebuena... (Tras el seto se asoma el policía, y hace señas de llamado y complicidad a la vendedora. Esta va, con desconfianza.)

POLICIA: Oye, por allá quieren comprar unas nochebuenas. (Señala).

VENDEDORA: ¿De veras, patrón?

POLICIA: ¡Claro! Pero corre para allá, anda, no sea que otra te gane los clientes.

VENDEDORA: ¡Gracias, patroncito! (Sale corriendo).

El policía la observa. Ve después algo que lo regocija y lo hace reírse a carcajadas.

Entra corriendo el bolerito.

BOLERITO: ¡Papá, papá, escóndeme las cosas!

Se asoma Juan.

JUAN: (Un poco tomado.) ¡Qué pasó?

BOLERITO: ¡La camioneta!

JUAN: ¡Cuál camioneta?

BOLERITO: ¡La del Departamento Central! Anda quitándole sus cosas a los vendedores. Ya se llevaron el cajón de dar grasa de Chefo.

JUAN: Yo no he visto nada. Usté se quiere hacer tarugo para no trabajar.

BOLERITO: Vienen sin uniformes ni nada. De repente se para, salen de la camioneta y nos quitan todo. La tamalera está llorando, y la de las flores. ¡Ahí viene!

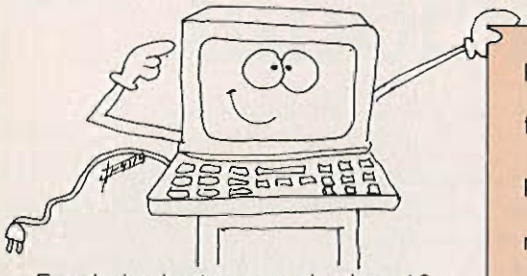
De todas maneras, aunque la cosa se ponga mal, ésta como todas las demás pastorelas, tiene también un final feliz.

Ahora que ya sabemos un poco más sobre pastorelas, podríamos buscar alguna entre las tantas que se representan durante la época de Navidad, para asistir como observadores a este testimonio viviente de nuestra historia, que además de antiguo, resulta ser divertido y didáctico. También podemos escoger alguna, o inventarla, porqué no, para representarla entre los compañeros de la escuela, del trabajo o del barrio.

Con cualquiera de las dos, ya sea que escojamos la de espectador, o la de realizador, estaremos contribuyendo a fomentar y conservar esta costumbre, que hace mucho dejó de pertenecer a los españoles, para pasar a formar parte de nuestra tradición.

Colaboración: Lorena Pérez de Alba.

Ejercite su memoria



En el siguiente recuadro hay 10 grupos de 3 palabras cada uno, que están relacionadas entre sí. Lea las palabras y trate de establecer cual es la relación entre ellas.

Ahora veamos que tan buena memoria tiene. Tape por completo el cuadro y dispóngase a llenar la tabla siguiente lo más pronto posible. (No se engañe usted mismo(a).

piñata	palo	olla
fruta	caña	jícama
ponche	piloncillo	tejocotes
nacimiento	heno	musgo
velitas	letanía	peregrinos
posada	cantos	luces
colación	confites	canelones
tamales	atole	tostadas
pastorela	villancico	Belén
faroles	canastas	noche buena

piñata		
fruta		
ponche		
nacimiento		
velitas		
posada		
colación		
tamales		
pastorela		
faroles		

RESULTADO

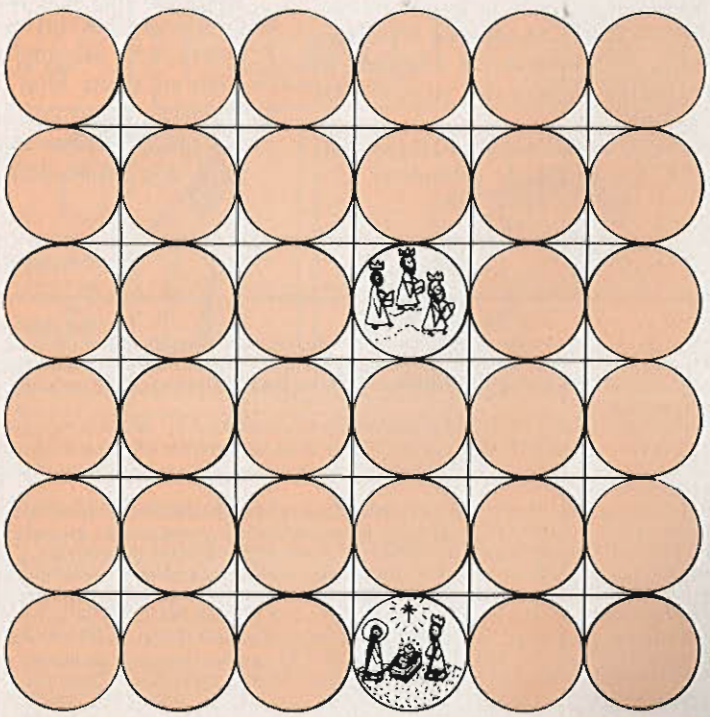
Si no ha fallado en ningún renglón y ha hecho todo el trabajo en un minuto y medio o menos ¡Felicidades!

Si sólo completo 5 renglones y se ha tardado más de 2 minutos y medio, le sugerimos tratar de agilizar más su memoria.

El camino de los Reyes Magos

Los 3 Reyes Magos quieren llegar a ver al niño Dios, pero con un recorrido que toque todos los círculos del dibujo y sin cruzar por donde ya pasaron. ¿Quieres ayudarles? ¡buena suerte!

Solución en la página — 40



Cocina Tradicional

Las fechas histórico-nacionales, las festividades de los santos patrones de cada pueblo así como las celebraciones religiosas han sido siempre una base para organizar ferias y diversiones. En "estas fiestas", los artículos comestibles son muy variados: golosinas, comidas, antojitos y bebidas tonificantes.

Desde tiempos precortesianos, el pueblo mexicano realizaba conmemoraciones de tipo religioso. Se hacían festividades en las casas y se ofrecía a los invitados comidas y tributos; luego, con la llegada de los españoles se inició la cena de "aguinaldo" que dio origen a las tradicionales posadas. De ahí que la última de estas posadas culmina con la celebración de la cena de nochebuena (que festeja el nacimiento de Jesús), en esta ocasión tradicionalmente se reune la familia y comparten deliciosos platillos característicos de la temporada como son: pescado, carnes, romeritos, ponche, ensalada, etcétera. A continuación le damos algunas sugerencias para su preparación.

Romeritos en mole.

Ingredientes:

1 manojo de romeritos (aproximadamente un kilogramo)
1/2 kilo de mole.
1/2 kilo de papas cocidas, peladas y cortadas en cuadritos.
6 nopales picados y cocidos.
aceite y sal.

Preparación.

1. Se les quita el tallo a los romeritos y se limpian perfectamente.
2. Se lavan varias veces para que se les caiga la tierra, y hay que ponerlos a hervir agregándoles sal.
3. Aparte se prepara el mole, cuando esté sazonado se agregan los romeritos, las papas y los nopales, se revuelve bien, y se sirven bien calientes.
   Si desea puede acompañar este platillo con tortas de camarón.

Tortas de camarón.
(Tlaxcala)

Ingredientes:

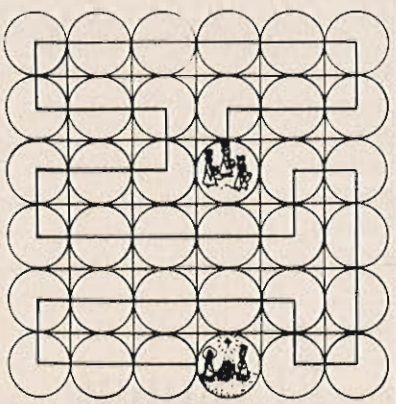
100 gramos de camarón seco molido.
50 gramos de polvo de haba
4 huevos
aceite para freír.

Preparación.

1. Se mezclan los polvos de camarón y de haba y se tuestan.
2. Los huevos se baten a punto de turrón.
3. Se revuelve el polvo con el huevo hasta formar una pasta.
4. Se forman las tortitas de camarón con ayuda de una cuchara y se fríen en aceite bien caliente.
5. Se sirven junto con los romeritos. De preferencia se agregan al final para que no se desbaraten.

Fuente: Museo de Artes Populares.

Solución al recorrido de los Reyes Magos



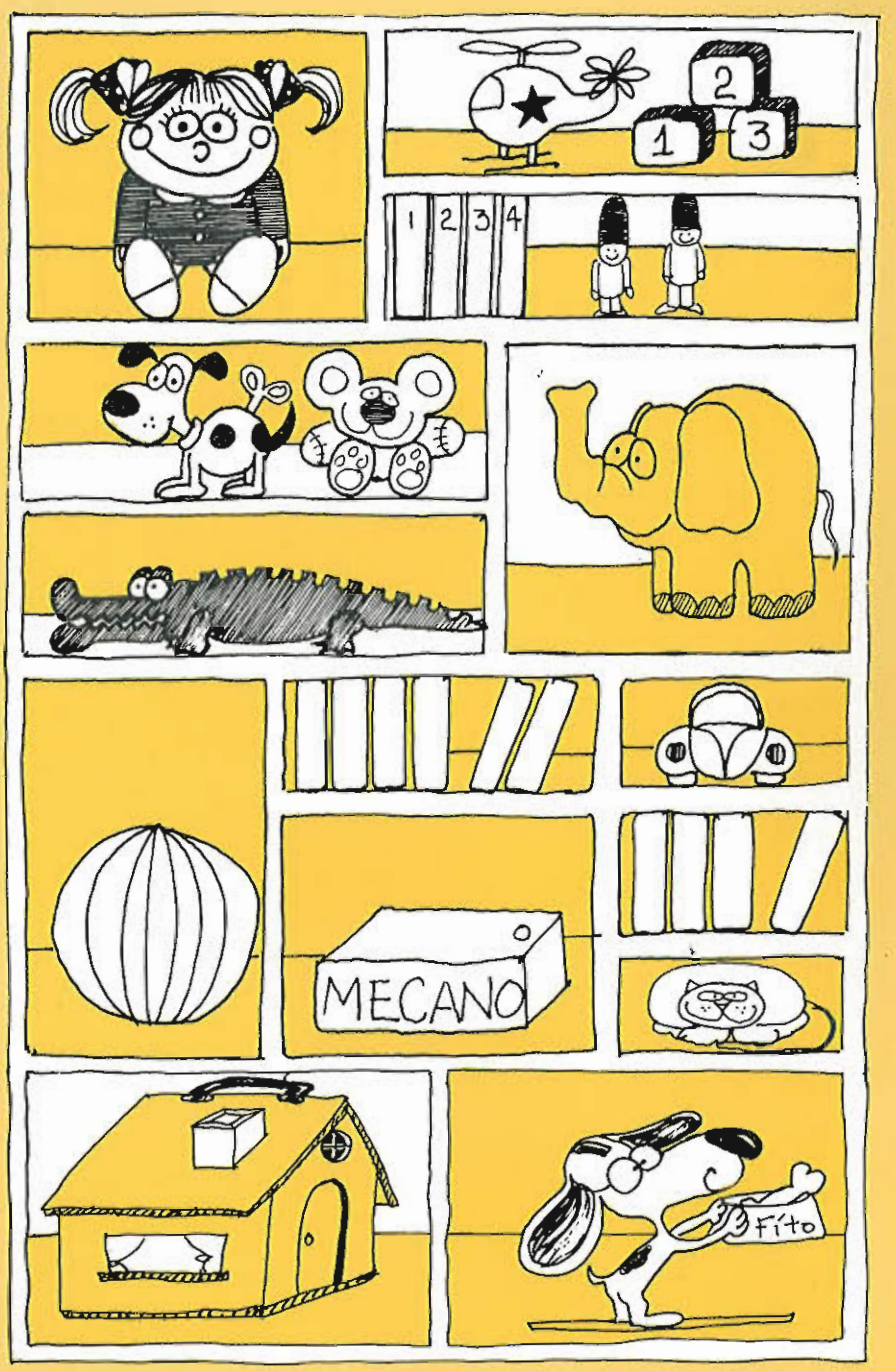
La Revista del Consumidor, órgano oficial de difusión del Instituto Nacional del Consumidor, es una publicación mensual de capacitación y orientación a los consumidores. Tiene como objetivo ofrecer a sus lectores información y recomendaciones acerca de toda clase de bienes y servicios, sugerencias sobre el manejo racional del presupuesto familiar y la búsqueda de alternativas de consumo y mejores hábitos para el mejoramiento constante de la calidad de vida de la población.
El contenido de todos los artículos publicados —firmados o no— refleja la filosofía y el criterio editorial de la revista. Esta publicación no acepta anuncios publicitarios, no recibe muestras de productos, ni se compromete de manera alguna con ningún tipo de intereses comerciales. No autoriza la utilización de ninguno de los materiales publicados para fines publicitarios o comerciales. La violación de esta disposición ameritará denuncia ante las autoridades correspondientes.

El Instituto Nacional del Consumidor autoriza expresamente la reproducción total o parcial de los textos o estudios incluidos en esta Revista, siempre que se utilicen para orientación y capacitación de la población y se indique su procedencia.
Para correspondencia diríjase a: Revista del Consumidor, Unidad de Impresos y Suscripciones, Insurgentes Sur 1228-5º piso, Código Postal 03210, o al Apartado Postal 20600, México, D.F. Totalmente impresa en papeles nacionales por Prisma Mexicana, S.A. Norte 75 No. 2537, Col. Salvador Xochimanca, México, 16 D.F. Tels.: 527-94-40 al 44 399-36-44. Tipografía: TIPART —Tipografía y Formación— México, D.F. Distribución: Unión de Voceadores de México y Distribuidora Intermex, S.A. Afiliada a la Cámara Nacional de la Industria Editorial. Certificado de licitud de la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas, dependientes de la SEP. Oficio No. 1227 del 30 de abril de 1981. Reserva de derechos al uso exclusivo del título de la Revista del Consumidor del 21 de mayo de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor. Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, Registro No. 015-1176, Características 218621408.

Organicemos una juguetoteca

Todos conocemos niños que carecen de los medios para disfrutar de los juguetes que se anuncian en la televisión. En cambio hay otros niños que todo lo tienen y que abandonan los juguetes pasada la novedad del momento.

Queremos proponerle, amigo consumidor, que participe y haga partícipes a sus familiares y amigos en el desarrollo de las siguientes ideas:



1.- **Organice una juguetoteca.** Busque espacios como centros sociales, locales de sindicatos, deportivos, salones, etcétera; que pudieran destinarse a zonas para juguetes. Que funcionaran como 'juguetotecas' a donde los niños acudieran a solicitarlos por un tiempo determinado, con el compromiso de devolverlos en la misma condición que se les facilitaron.

2.- **Regale juguetes.** De manera organizada, a niños que viven en orfanatos, internados, que asisten a comedores públicos o venden objetos en la calle. Por ejemplo, el Instituto Nacional Indigenista (INI) está reuniendo juguetes para distribuirlos entre los niños de las comunidades indígenas del país. Usted puede acudir a las oficinas centrales del INI en Av. Revolución 1279, o bien a los Centros Indigenistas cercanos a su domicilio o localidad para donar juguetes y apoyar esta acción.

3.- **Organice un tianguis de juguetes usados**. Entre los padres de familia de una escuela, miembros de instituciones oficiales o privadas, clubes sociales, integrantes de un centro comunitario, etcétera. En este caso se requeriría formar un comité de revisión de los juguetes que serán puestos en venta para asegurar que estén en buen estado; una vez revisados, el comité autorizará la venta del juguete. Igualmente, este comité determinaría los precios de venta. El tianguis permitiría a muchas familias adquirir juguetes más baratos y en buen estado, y por otro lado darle una salida conveniente a éstos, que muchas veces, se han acumulado por años.

Todo es cuestión de organización y, en su caso, una honesta colaboración comunitaria. Con ello contribuiremos a distribuir y aprovechar mejor los juguetes y a disminuir el gasto familiar en este tipo de productos.

EN TELA DE JUICIO

¿ALCOHOLIZADOS?... OBVIAMENTE

Cuando a las personas se les pregunta acerca del alcoholismo, la mayoría responde que están convencidos de que la "bebida" es dañina. Sin embargo, cada día aumentan los enfermos, sí enfermos, que padecen alcoholismo.

Tan sólo entre la población mayor de 20 años en nuestro país, se calcula que hay alrededor de 2 millones de alcohólicos. La cifra seguramente aumentará al incluir a la población joven, a la cual van dirigidas las imágenes de la publicidad.

¿No es suficiente que la cirrosis hepática —enfermedad relacionada con el alcoholismo— ocupe el noveno lugar como causa de mortalidad? ¿Que la gran mayoría de los accidentes tengan vinculación con el alcohol?

Esto es lo que obviamente no aparece en los anuncios de bebidas alcohólicas.

La época de fin de año se está convirtiendo, debido al alto consumo de alcohol, en sinónimo de tragedia para muchas familias. ¿Podremos convencernos de que celebrar no es lo mismo que "tomar"? Nosotros creemos que sí. Usted ¿qué opina?

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR
SECTOR COMERCIO Y FOMENTO INDUSTRIAL

el brinco

Suplemento de la Revista del Consumidor
Coordinación: Marie Puga

Número 59
Diciembre de 1986

Diego Rivera pintó en este cuadro, el momento mágico en que la piñata se rompe y relató la alegría y contratiem pos que son casi obligados: el niño que llora junto a su mamá, la niña que no se atreve a arrojarse a la contienda, el que rueda por el suelo y los valientes que se lanzan para ganar el premio de la fruta. El INCO fotografió este cuadro para hacer un conocido cartel que se ha repartido con motivo de las fiestas navideñas.

NO QUIERO ORO NI QUIERO PLATA...

... Yo lo que quiero es romper la piñata. Porque todos estamos de acuerdo en que una de las más hermosas costumbres mexicanas es la celebración de las nueve posadas que se realizan del 16 al 24 de diciembre.

Esta ceremonia tuvo su origen en las iglesias hace muchos años. Consiste en la caminata de los peregrinos, José y María, llevada por dos niños al frente de una procesión mientras los que le siguen rezan la letanía; en la segunda parte se

pide posada en la puerta del dueño de la casa con la música y los versos que todos conocemos. Y por último, llega el momento más animado que es romper la piñata con los ojos vendados y ganar la mayor cantidad de frutas. Ningún niño mexicano ignora estas costumbres que han ido más allá de nuestras fronteras.

En otros tiempos era posible asistir a cada una de las nueve posadas, pero esto se ha vuelto difícil por varias causas; entre otras, la carestía de la vida que limita las fiestas y la falta de espacio adecuado en las casas.

Las fiestas de diciembre tienen un perfume especial ¿Será el que tiene la fruta de la piñata?

Pero las posadas pueden organizarse mediante la comunicación amistosa y familiar entre las personas de un edificio, una escuela, una oficina, un grupo de amigos, o de una comunidad. Su contribución hará menor el gasto y permitirá que participen todos con alguno de los elementos necesarios en la fiesta: heno y farolitos para los adornos, los peregrinos, velitas, piñata (que puede hacerse por todos), fruta, dulces y ponche.

Esta organización, además de repartir el costo de la fiesta, contribuye a desarrollar ese espíritu de amor, de paz y de unión, que es lo más importante de la navidad. Organiza una posada.

LAS FRUTAS DE LA PIÑATA

Las frutas con que llenamos la piñata son características de nuestra estación invernal. Todas las frutas son, para la alimentación de un niño, tan valiosas como el oro y por eso es tan atinado el versito con que comienza esta sección. Pero ¿acaso conoces las propiedades de estas frutas?

Payasos, osos y enanitos surgen entre los puestos de fruta de los mercados. Tú también puedes hacer una piñata aunque no sea tan complicada como éstas. Busca en la página 6 los modelos que te ofrecemos.

Para que sepas cuánto oro llega a tu organismo cuando las comes te proporcionamos una lista con el contenido de cada fruta investigado por nutriólogos del Instituto Nacional del Consumidor; sabrás así, cuántos minerales, cuántos carbohidratos y vitaminas contienen. Para hacer más fácil la comprensión de estas palabras, te explicamos en forma gráfica el valor de esos **nutrimentos** y su función, así como la forma en que contribuyen al buen funcionamiento de tu organismo.

Fotos de Fernando Rojas

Un rebaño de borreguitos de cartón y papel de china, listos para las posadas. Los artesanos que construyen estas piñatas poseen conocimientos especiales que les permiten moldear el cartón y cubrirlo con rizos, caireles y pestañas para transformarlo en una graciosa figura.

FUNCIONES DE LOS NUTRIMENTOS

3

PROTEINAS

Forman parte de las células de los tejidos del cuerpo y ayudan a construir, mantener y reparar los músculos y piel. También ayudan al crecimiento y desarrollo del organismo.

VITAMINAS B_1-B_2-B_3

Ayudan a que el sistema respiratorio, el nervioso y el cardiovascular (del corazón) funcionen bien. Además, contribuyen a que los almidones y azúcares se transformen en energía.

FRUTAS DE LA PIÑATA

Lista número 1

Caña: carbohidratos (energía), tiamina (Vitamina B.), fibra.

Jícama: calcio (un poco), fibra, Vitamina C (muy poca), agua.

Mandarina: carbohidratos, fibra, tiamina, Vitamina C, vitamina A.

Naranja: calcio, hierro, Vitamina C, agua.

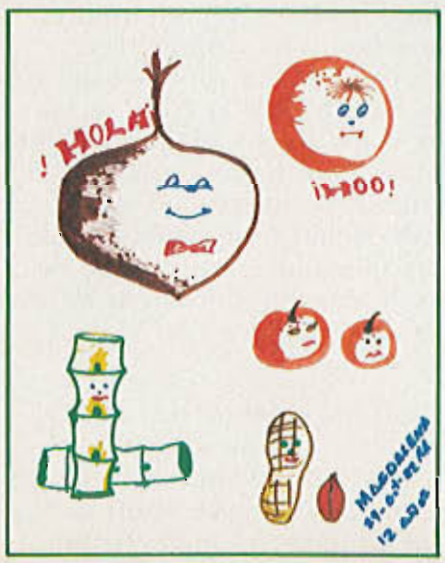
Lima: hierro, Vitamina C, agua.

Tejocotes: carbohidratos, calcio, hierro, Vitamina C y Vitamina A, (muchísima).

Cacahuate: proteínas, grasas, calcio, hierro, Niacina (Vitamina B-3 mucha).

Guayaba: carbohidratos, calcio, hierro, Niacina, Vitamina C, (mucha).

Ciruela pasa: carbohidratos, calcio, hierro, Riboflavina (Vitamina B-12). (Incluímos la ciruela pasa porque se usa para preparar el ponche).



CALCIO

Ayuda a formar y mantener sanos y fuertes los dientes y todos los huesos del cuerpo.

VITAMINA C

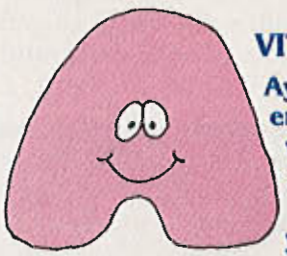
Ayuda a la cicatrización de quemaduras y heridas y a la regeneración de la piel en cortadas y raspones. Además, da resistencia al organismo contra infecciones y alergias.

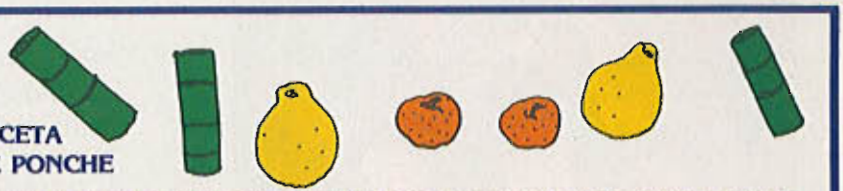
HIERRO

Forma parte de la sangre y ayuda a transportar el oxígeno a todas las células del organismo.

VITAMINA A

Ayuda a mantener en buen estado la vista. Además, ayuda a conservar sanas la piel y las mucosas.





RECETA DE PONCHE

En un recipiente se pone a hervir agua con canela, tejocotes, cañas y guayabas, cuando estén cocidos, se agregan las ciruelas pasas y se endulza. Se sirve caliente.

RECETA DE ENSALADA DE FRUTAS

Se pican jícamas, guayabas, plátano y papaya, se agregan gajos de naranja, mandarina y lima. Se adereza con un poco de miel y yogurt.

EN UN PORTALITO

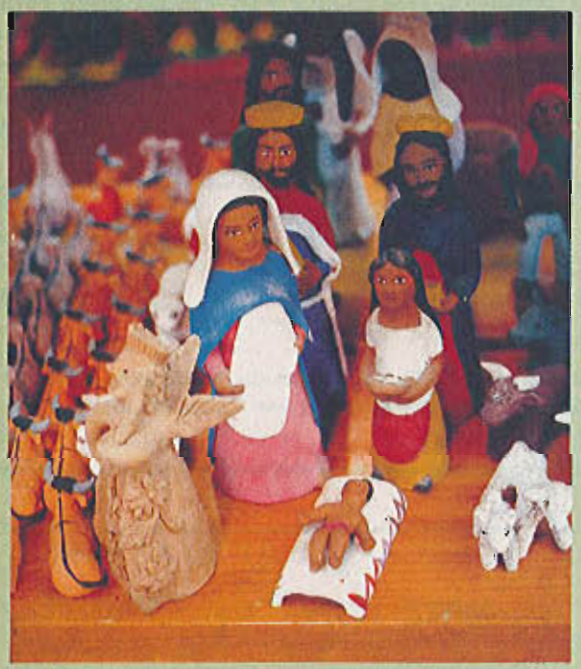
Por: Pilar Pérez Sainz

Ya casi es Navidad, sentimos el ambiente de fiesta y de alegría en las calles, en la escuela, en nuestras casas. La mirada se nos llena, en estas fechas, de colores, de luces de bengala, de estrellas, esferas y piñatas.

Tradiciones y costumbres han surgido alrededor de esta época y los festejos varían según el país de que se trate. En Alemania todas las puertas se quedan abiertas en señal de fraternidad; en Inglaterra arde un grueso tronco adornado con guirnaldas en las chimeneas de las casas, símbolo de buena suerte, luego sus cenizas son esparcidas por el campo para que aumente dicen, la fertilidad de la tierra.

Todos los niños de Irlanda encienden largas velas que colocan junto las ventanas de sus cuartos para alumbrar el camino del Niño Jesús. En Finlandia, las familias se reúnen alrededor de un gran pastel de arroz que tiene dentro una sola almendra; el muchacho o la muchacha que la obtenga, se casará antes de la próxima navidad.

En los puestos de los mercados se exponen todos los elementos necesarios para ese nacimiento en que el color tiene raíces prehispánicas y las figuras de barro nos recuerdan a Tlaquepaque.



Vírgenes morenas con rebozo, niños Jesús, reyes magos y pastoras que, gracias al barro con que están fabricados, se han convertido en personajes tan mexicanos como los niños que los colocarán en su nacimiento.

Es así que cada país tiene su propia forma de celebrar esta fecha. En México, como tú sabes, tenemos muchas festividades, las pastorelas, las posadas, la tradicional cena del día 24, pero sin duda, la más llena de poesía es la puesta del nacimiento.

Desde la época de la Colonia, el nacimiento del Niño Jesús es reconstruído utilizando todos los recursos disponibles; imágenes de barro o cerámica representan a la Virgen María, a San José y al Niño, a los pastores de Belén, a los Reyes Magos y a los animales del pesebre. Con hojas de papel, de madera o de cartón se reconstruyen las lejanas montañas de Belén y pequeñas casas de madera, algunas iluminadas con focos de colores, completan la escena, coronada en lo alto por la estrella que guiará en su viaje a los Reyes Magos.

Los personajes del nacimiento son de todos tipos, de madera, de barro, paja, cerámica, papel y hasta porcelana; los hay en miniatura y en figuras de tamaño natural; algunos ocupan un pequeño espacio en la

sala de la casa y otros tienen dimensiones monumentales y están abiertos al público. En algunos lugares de la República se organizan concursos para premiar a los mejores, pero lo importante es que no se pierda esta hermosa tradición mexicana: el nacimiento de Jesús en una noche de invierno, en un humilde pesebre, rodeado de mansas ovejas y de sencillos pastores.

1 *En nombre del cielo*
Os pido posada
Pues no puede andar
Mi esposa amada.

2 *No seas inhumano*
Ten nos caridad,
que el Dios de los cielos
te lo premiará.

3 *Venimos rendidos*
desde Nazareth
Yo soy carpintero
de nombre José.

4 *Posada te pide,*
amado casero,
por sólo una noche,
la reina del cielo.

5 *Mi esposa es María*
es reina del cielo
y madre va a ser
del Divino verbo.

6 *Dios pague señora*
vuestra caridad
y así os colme el cielo
de felicidad.

1 *Aquí no es mesón*
sigan adelante
Yo no puedo abrir,
no sea algún tunante.

2 *Ya se pueden ir*
y no molestar,
Porque si me enfado
los voy a apalear.

3 *No me importa el nombre*
Dejenme dormir
Pues que ya les digo
que no hemos de abrir.

4 *Pues si es una reina*
quien lo solicita,
¿Cómo es que de noche
anda tan solita?

5 *¿Eres tú José?*
¿Eres tú, María?
Entren peregrinos,
no los conocía.

6 *Dichosa la casa*
que abriga ete día
a la Vírgen pura,
la hermosa María.

En el estado de Veracruz, los niños salen durante los nueve días de posadas, a pedir dulces y dinero en las casas, con una rama adornada con farolitos. La canción que ellos en cada puerta, es la de Naranjas y Limas.

Naranjas y limas,
limas y limones,
más linda la Vírgen
que todas las flores.

En un portalito
de cal y de arena
nació Jesusito
en la Nochebuena.

Ya se va la rama
muy agradecida
porque en esta casa
fue bien recibida.

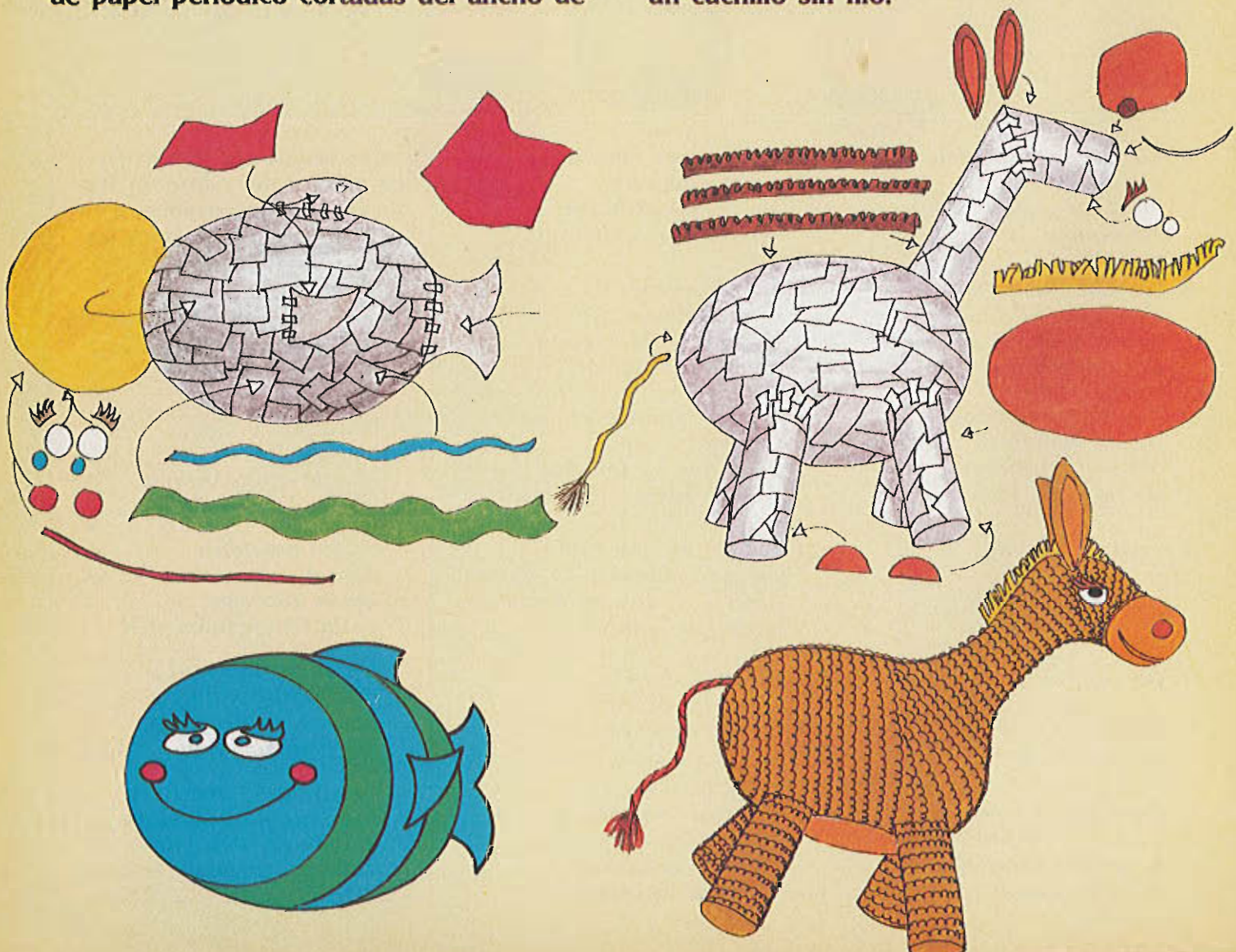
Ya se va la rama
con patas de alambre
porque en esta casa
están muertos de hambre.

6 CONSTRUYE TU PIÑATA

Si vas a construir tu piñata en la forma tradicional, con una olla de barro vestida con papel de china, te ofrecemos algunos modelos que puedes realizar en compañía de tus hermanos, amigos y vecinos.

En algunos lugares de la república no se encuentran las ollas de tamaño indicado para hacer piñatas pero tú puedes sustituirla con un globo.

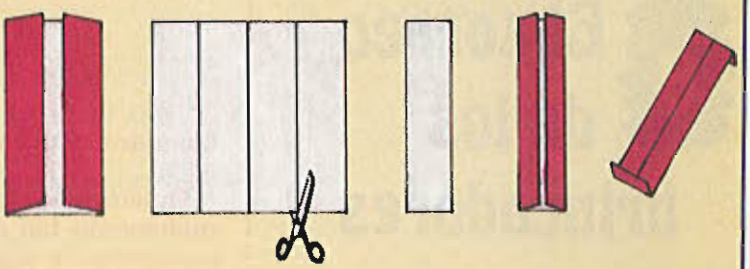
Usa un globo grande inflado a su mayor capacidad y cubre su superficie con tiras de papel periódico cortadas del ancho de 3 centímetros y pegadas con engrudo para formar una capa espesa. Cuando la capa ha secado el globo se desinfla y la envoltura de papel forma el cuerpo de tu piñata. Para darle forma usa tubos o rollos de papel para las patas; en cartulina dibuja y recorta las orejas, picos, ojos y para las pestañas, plumas y pelo, usa tiras de papel de china rizado enrollando la punta de cada tira y ayudándote de una superficie dura y plana como el mango de una cuchara o un cuchillo sin filo.

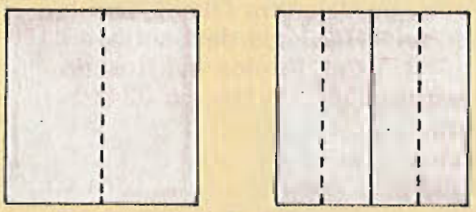


Adornos para navidad

Conoce cómo hacer cadenas brillantes para adornar tu casa, escaleras, puertas, ventanas o el lugar de la posada.

Si usas papel de estaño que tiene el revés blanco, sigue estos pasos para que los anillos de la cadena tengan color por dentro y por fuera.





1.- Corta un cuadro de 15 centímetros por lado y dóblalo a la mitad. Desdóblalo. La parte blanca debe quedar hacia arriba.

2.- Dobla los extremos sobre la línea que marca la mitad.

3.- Desdobla.

4.- Corta las tres líneas interiores. Ya tienes cuatro rectángulos.

5.- Dóblalos a la mitad para marcar el centro.

6.- Dobla los lados hacia el centro. Desdobla.
7.- Marca un centímetro en los extremos y dobla uno hacia arriba y el otro hacia abajo.

8.- Enrolla el rectángulo en forma de anillo.
9.- Inserta un extremo dentro del otro. Luego dobla hacia adentro los extremos laterales para que todo el anillo quede del mismo color, por dentro y por fuera. Pégalo con cinta engomada.
10.- Al hacer el segundo anillo enlázalo con el anterior antes de pegar sus extremos.

INOCENTE PALOMITA

Inocente palomita que te dejaste engañar... El 28 de diciembre, día de los Santos Inocentes, nada se puede prestar, nada se debe creer y como son vacaciones, se trata de divertirse.

El día de los inocentes comenzó a festejarse desde el siglo quinto. En el libro de la Biblia existe un pasaje en el que se cuenta que Herodes, un rey malo que quería destruir al niño Jesús, recién nacido, mandó matar a todos los pequeños de Belén y de toda su comarca, de los dos años de edad para abajo.

Con esta historia surgió una nueva fiesta para celebrar a los inocentes, y quién iba a pensarlo, haciendo bromas y diciendo mentirillas chistosas.

Resulta muy divertido que exista un día del año en el que se permita pedir cosas prestadas a nuestros amigos, para después no devolverlas; o decir pequeñas mentiras o inventar noticias, como hacen los diarios; pero lo que no es tan divertido es que durante todo el año, nos tengamos que cuidar de las inocentadas que hacen en los comerciales y la programación de la T.V.

Nos piden prestado el tiempo para decirnos mentiras; nos ofrecen productos maravillosos, como juguetes que vuelan y robots que hablan, y en realidad son caros y no sirven para lo que dicen; los superhéroes nos engañan con eso de que la violencia nos hace mejores y los productos chatarra, además de costosos y malos, hacen inocentes a nuestro organismo y a nuestro dinero.

Inocente palomita, ya sabes... a la tele y los comerciales no se les debe creer.

Juan Ramón Zabalegui

8 El correo de los brincadores

Queridos amigos:
Es la primera vez que les escribo. Quisiera saber que tan mala o buena es la televisión. Yo casi no la veo. Me despido cariñosamente de ustedes.
Mónica Ponce Valadez
Córdoba 97 Desp. 403
México, D.F. 6700

*Mónica:

Todas las cosas son malas cuando se abusa de ellas. Si ves la T.V. mucho tiempo, lastima tus ojos y te quita tiempo para otras actividades más productivas. Lee el artículo que sobre este tema escribió Ramón Zabalegui en la Revista del Consumidor de julio, número 113, que se llama "¿Barra infantil o barra de acero?"

Queridos amigos:

Quiero felicitarlos por este suplemento tan original. Quiero exponerles lo siguiente:

Me enteré del Congreso de los Niños por medio de la televisión y supe después que sólo iban a participar los niños escogidos **de cada escuela situada sólo en el D.F. Yo estoy en el Instituto Cultural Sucre situado en el Edo. de México y me pareció aplastante que niños de otros Estados hayan sido ignorados y por lo tanto me permito sugerir a quien haya estado relacionado con ese congreso, que éste debería ser para todos los niños.**

O qué... ¿acaso piensan que los niños de otros estados estamos pintados?

Me gustaría escribir sobre muchos temas como la contaminación, la desnutrición, los programas ridículos del Canal 5, los productos chatarra y muchos más, pero por ahora me despido y les suplico que publiquen mi carta.

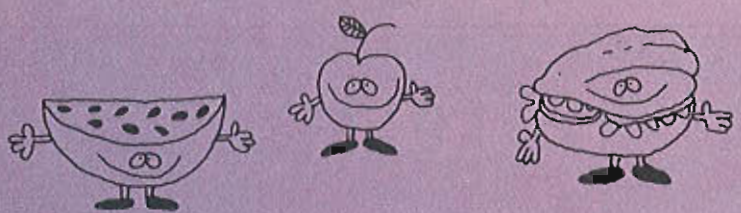
Quedo de ustedes agradecida.

Alejandra Olay Cheu
Hacienda de Santiago 119
Col. Prados del Rosario
Edo. de México 02410

Alejandra:

Muy buena tu carta y tus preguntas. Esperamos que las personas relacionadas con este congreso te contesten pronto. Si tienes interés en esos temas sobre los que quieres escribir, no te detengas. Hazlo, cuanto más pronto, mejor. Nosotros publicaremos tus colaboraciones.

¿No has olvidado la dirección de El Brinco?
Apartado Postal 20-600
México, D.F. 01020



Hola Brinco:

Leí lo de los refrescos de cola en la Revista Consumidor 113. Me dijeron que sale muy caro comprar refrescos de cualquier tipo así como chicles, galletas, papitas, pan de caja, paletas y caramelos. ¿Cómo puedo conocer estos precios? Porque en mi escuela es lo que venden. ¿Cómo puedo saber qué debo comprar en el recreo?

Marco Antonio García Mejía
2 de Abril No. 1013-1

Marco Antonio:

Los precios que te interesan varían en cada lugar. Tú púedes investigarlos en varias tiendas y compararlos con los de tu escuela. En el recreo procura comer una fruta, una torta hecha en casa, un pan con miel o mermelada, agua o jugo de frutas que lleves en tu cantimplora o en un frasco de plástico. Lo importante es que sea más barato que comprarlo en la tienda y que sea más nutritivo. Los dulces, pepitas y refrescos son poco nutritivos.

Amigos de El Brinco:
Quisiera saber cómo se hace una revista. Por ejemplo, El Brinco. ¿Cómo se comienza, quién la imprime, a qué horas la dibujan? ¿Ustedes pueden explicármelo? Sería un bonito artículo en su revista.

Arturo de la Vega Hernández
Coyoacán, D.F.

Arturo:

Próximamente publicaremos todo un reportaje sobre el tema que nos sugieres.

En vez de ver televisión toda la tarde, mejor escríbenos.
El Brinco
Apartado Postal 20-600
México, D.F. 01020